

AŠ IR MANO GYDYTOJA







– Močiute, nusiramink. Man viskas gerai.
Aš buvau pasitikrinti profilaktiškai.

– Kaip, kaip? – nenugirdo
močiutė. – Pro-fiš-kai?

– Pro – fi – lak – ti – nis
sveikatos pasitikrinimas –
tai, kai eini pas gydytoją,
nes nori sužinoti apie
savo sveikatą ir iš anksto
apsisaugoti nuo ligų, –
paaikšino Jonukas.



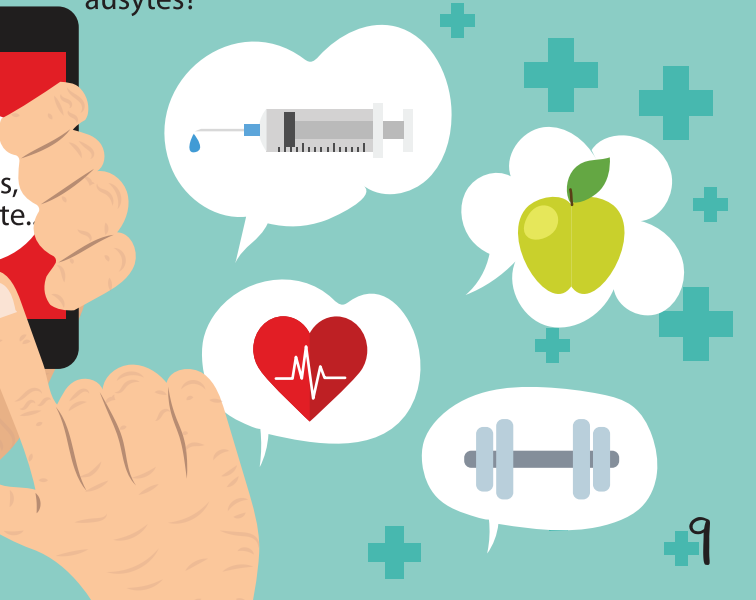


– Ar žinai, močiute, kad Ligos mėgsta žaisti slėpynių? Jos pasislepia kur nors tavo kūno kamputyje ir tyliai snaudžia. Tik gydytoja gali ją atpažinti, pastebėti ir patarti, kaip ją išvyti.

– Ach, jei mūsų kūnas būtų kaip šviesoforas: vaikštai žalias, vadinausi, sveikas. Jei pageltonavai – jau įspėjimas, kad organizmas nusilpo ir Liga ruošiasi pulti. O jei paraudonavai kaip ugnis, vadinasi, sergi. Bet mes juk žmonės, ne šviesoforai, – apgailestavo močiutė.

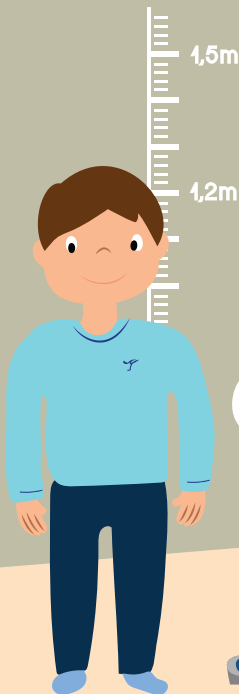


– Taigi, močiute, nelaukęs žinučių ir Ligų signalų, ėmiau ir su mama nukeliavau pas Šeimos gydytoją – mūsų Šeimos Sveikatos patarėją. Ji labai džiaugiasi, kad mes rūpinamės savo sveikata ir nuolatos ją aplankome. O ir man pačiam smalsu: kiek per metus paaugau ir pasunkėjau, ar sveikos akys ir ausytės?



Pirmiausia gydytoja Jonuką pamatavo –
oho, per metus net 5 cm pasistiepė į viršų!

Po to pasvėrė – net 2 kg
priaugo! Tada uždėjo ant
riešo kraujo spaudimo
aparatai ir matuoklio
ekrane pasirodė trys
skaičiai, kuriuos
gydytoja įrašė į
Jonuko sveikatos
istoriją. Puiku!



+5cm

+2kg





– Tavo stuburas tiesus, todėl nuotraukos nedarysime. Bet reikės atlikti kraujo tyrimą, nes jis parodo tavo bendrą sveikatą.

Jonukas neprieštaravo, juk gydytoja geriausiai žino, ką reikia daryti. Tyrimai Jonukui patinka – ir jis pats mėgsta tyrinėti: per mikroskopą žiūrinėja tai žiedo lapelį, tai musę – įdomu be galo.

Sugrįžus namo, į apsilankymų kalendorių mama pažymėjo Jonuko vizitą pas gydytoją.

– Girdėjau, kaip tėtis sakė, kad rytoj veš mūsų automobilį pas „mašinų gydytoją“ į techninę apžiūrą. Mūsų mašina drąsuolė – niekada nėra išsigandusi vyrų juodais chalatais. Autoservise ji nekaukia, nerauda ir nedrebina ratų. Ji visada noriai atveria savo duris, rodo širdį-variklį, leidžia pamatuoti padangų spaudimą, apžiūrėti akis-lempas, ištirti ir netgi pakeisti tepalus.

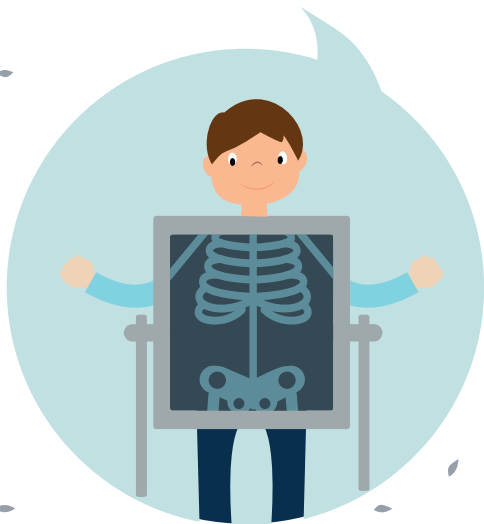


Šaunuolė mašina! Šaunuoliai ir Jūs, kurie
mylite savo Šeimos
gydytoją ir be Kiškučio
baimės ją nuolatos
aplankote!



– Na, o dabar patikrinsime akytes, ar jos gerai mato, kur padėti saldainiai? – nusi-juokė gydytoja. – O po to ausytes, ar jos girdi, kai mamytė prašo susitvarkyti kambarį.

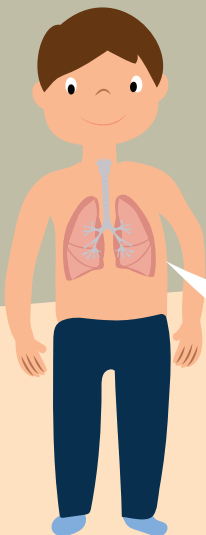
– Ar būtų galima pamatyti mano griaučių nuotrauką? – paklausė Jonukas. – Ar reikės šįkart eiti pas Rentgeno išradėją?





Vēlāu gydytoja švelniai priglaudė savo stetoskopą prie kūno: klausė, kaip plaka Jonuko širdelė ir kaip kvėpuoja plaučiais. Ar žinote, kad, būdamas ramus, žmogus vidutiniškai per minutę įkvepia 16–20 kartų. Jei išsigąsta

ar sportuoja, kvėpavimas padažnėja net iki 60 kartų per minutę, ir širdelė ima smarkiau plakti.



PLAUČIAI

– Teisybę sakai, Jonuk, rytoj pat ir aš keliauju pasitikrinti sveikatos. Mūsų kūnas neatsiųs žinutės telefonu ir neįspės:

„Labas, močiute, čia rašo ponas Kraujas. Gal galėtumei valgyti daugiau vaisių ir daržovių, nes aš silpstu.“ Arba: „Žinutė Jonukui nuo Stuburo. Gal gali sėdėti prie stalo tiesiai, nes aš vis labiau kryptu ir kryptu...“



– Todėl turime nuolatos lankytis pas gydytoją, nors ir jaučiamės gerai, kad gydytoja mūsų kūną apžiūrėtų ir pasakytų, ar esame visiškai sveiki, – išmintingai kalbėjo Jonukas. – Kas žino, gal reikia organizmą stiprinti, gerti vitaminų, daugiau sportuoti? O gal metas skelbti pavojų ir stoti į kovą su Liga?





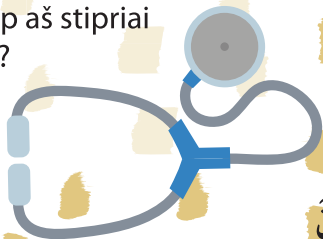
Šiandieną aš buvau
poliklinikoje pas mūsų
Šeimos gydytoją. Grįžęs
paskambinau ir pasigyriau
savo močiutei.

– Pas gydytoją?
Susirgai? Vargšas
mano Jonu-
kas! Kas gi tau
nutiko? – vos
išgirdusi žodį
„gydytoja“
susikrimto močiu-
tė. – Ką tau
skauda? Gal
gerklę? Gal tu
kosti? Ar turi
temperatūros?..



Aš esu Jonukas. Čia mano šeima: aš, mama, tėtis ir kiškutis Baimis. Kaskart, kai mes jį vežame į kiškių polikliniką, iš baimės jo ausytės taip dreba, lyg elektra purtytų. Nesuprantu, kodėl? „Kiškuti, gydytojas ne vilkas – tavęs nesuvalgys! – kaskart jį raminu. – Gydytojas geras ir švelnus.“

Mūsų Šeimos gydytoją aš vadinu Baltąja Fėja, nes ji visada šypsosi, vilki baltą chalata ir lyg burtų lazdelę su savimi nešiojasi stetoskopą. Tai aparatas, kuriuo gydytoja klauso širdies, plaučių ir kitų organų tvinksnių: tuk-tuk-tuk. Kažin, kai gydytoja klauso mano širdelės, ar ji jaučia, kaip aš stipriai myliu savo Mamą?



Vaikai, šią pasaką Jūs galėsite perskaityti drauge su vyresniaisiais pasigaminę mažytę knygelę.

Pirmiausia atverskite žurnalo vidurį, atsargiai atlenkite segtukus ir išimkite lapą. Ten, kur ištisinė linija _____ kirpkite, o kur punktyrinė _ _ _ _ _ lenkite. Dabar sudėliokite mažus puslapėlius iš eilės – nuo 2 iki 15 (tik nepamirškite viršelio!). Paskui susekite ar susiūkite. Štai ir turite gražią knygelę!

© „Tipu Tapu“

© Dailininkė Eglė Šablevičiūtė-Gaigalienė

PASAKĖLĖ SUKURTA VILNIAUS TERITORINĖS
LIGONIŲ KASOS UŽSAKYMU

www.vilniaustlk.lt

