

ilustracje: Zuzanna Mukoid

@MukozuArt

AstraZeneca 

AstraZeneca Pharma Poland
ul. Postępu 14, 02-676 Warszawa
tel. +48 22 245 73 00
fax +48 22 485 30 07
e-mail: recepcja@astrazeneca.com

Patron

Koalicja dla
wcześniaka
FUNDACJA 

Fundacja Koalicja dla wcześniaka
ul. Turkusowa 11, 05-077 Warszawa
e-mail: biuro@koalicyjadlawczesniaka.pl

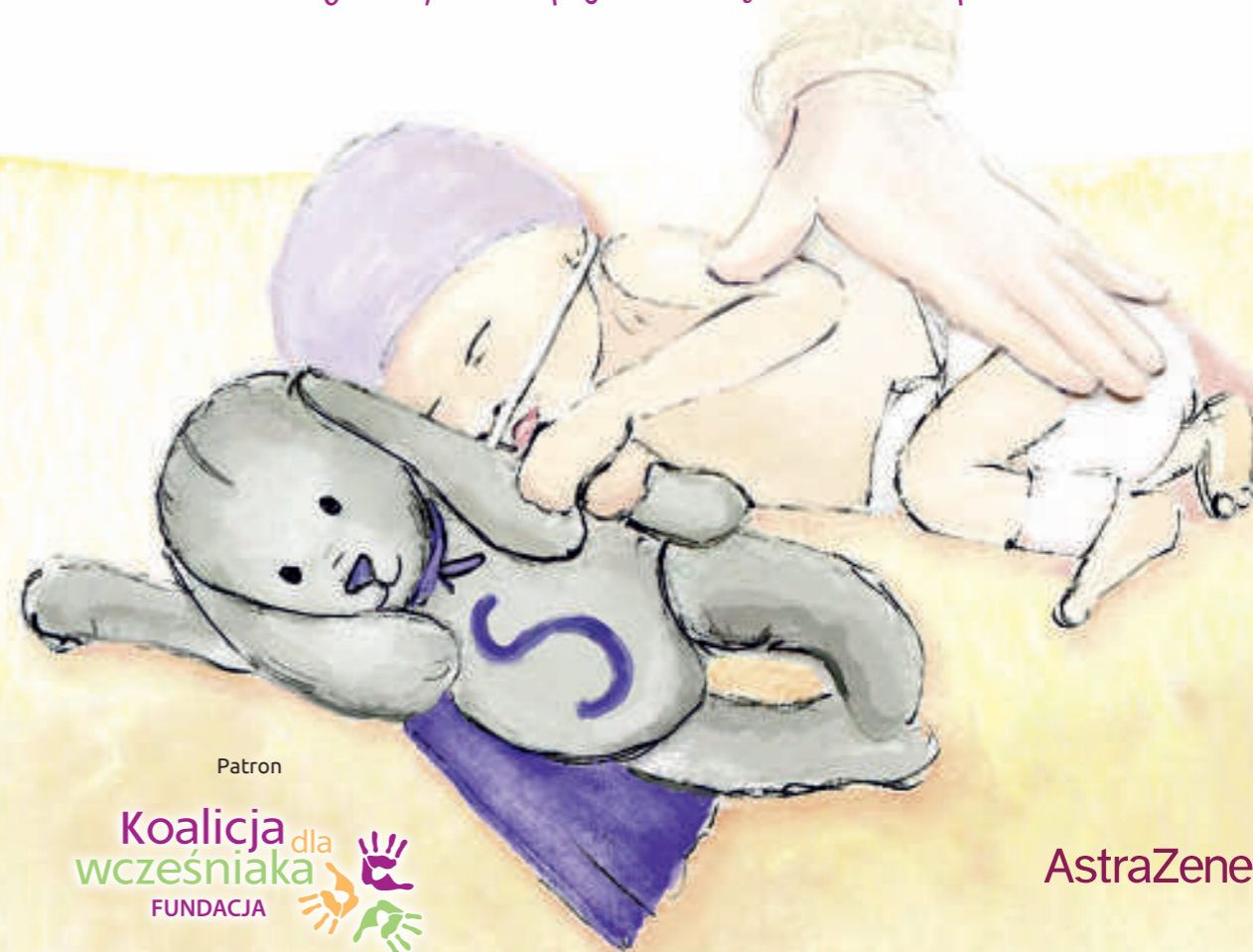


SYNA/22/02/01_npr

Małgorzata Brzozowska

Dorotka Superbohaterka

O siostrzyczce, która pojawiła się na świecie przed czasem



Patron

Koalicja dla
wcześniaka
FUNDACJA 

AstraZeneca 

Najmilsi Rodzice!

Przekazujemy w Wasze ręce bajeczkę, która pomoże Waszym starszym dzieciom, ale też Wam, oswoić się z trudnym wydarzeniem w życiu rodziny, jakim jest przyjście na świat wcześniaka. Na pewno kilkuletnie wcześniaki będą chętnie jej słuchały i oglądały obrazki, w ten sposób opowiecie im o trudnych początkach związanych z ich przyjściem na świat.

Nasza fundacja od wielu lat wspiera rodziców wcześniaków, współpracuje ze środowiskiem medycznym, a także prowadzi dialog z decydentami, wpływając na poprawę systemu opieki nad dziećmi urodzonymi przedwcześnie.

Na naszej stronie www.koalicjadlawczesniaka.pl znajdziecie poradniki i artykuły, które pomogą Wam w opiece nad maluszkiem. Zachęcamy Was też do odwiedzenia naszego kanału na YouTube i Spotify, gdzie znajdziecie cudowną Kołysankę dla Wcześniaka oraz piosenkę Powitanie Dnia, a także utwory muzyki klasycznej, które wspierają rozwój wcześniaków.

Bądźcie z nami na Facebooku, Instagramie, Twitterze, YouTube i Spotify.

Zarząd Fundacji Koalicja dla Wcześniaka

Prof. dr hab. n. med. Maria Katarzyna Borszewska-Kornacka

Elżbieta Brzozowska

Ada Misiewicz

Patron



Kochani Rodzice!

Dorotka Superbohaterka to ciekawa pozycja dla najmłodszych dzieci, szczególnie tych które zostały starszą siostrą lub bratem wcześniaka. Narodziny rodzeństwa to zawsze dla starszaka duże przeżycie. Pojawia się wiele ambiwalentnych emocji: ciekawość, nadzieja na wspólną zabawę, niepewność, rozczarowania, zazdrość ale też troska o maleństwo.

Gdy młodszym rodzeństwem jest wcześniak, do tego dołącza się jeszcze nagła rozłąka z mamą, która czasem długo przed porodem jest hospitalizowana w oddziale patologii ciąży, a potem spędza wiele godzin w oddziale z wcześniakiem. Gdy maluszek wreszcie wraca do domu, nadal nie jest gotowy do pełnego uczestniczenia w życiu rodzinnym. Stałe rytuały rodziny muszą ulec zmianie, maluch zwykle wymaga dodatkowych wizyt u różnych specjalistów. Bezcenna okazuje się pomoc dalszej rodziny: babcia, dziadek, ukochana ciocia czy wujek mogą zaopiekować się starszakami, kiedy ich rodzice skupieni są na maluszkach.

Dzieci potrzebują informacji, by lepiej poradzić sobie z otaczającym je światem. Bajka w prosty sposób wyjaśnia różne terminy, które dla dorosłych są oczywiste, a dla nich brzmią egzotycznie. Dzieci dowiadują się, czym jest inkubator, co to znaczy kangurować dziecko. Dostają również informacje o tym, jak ważna jest profilaktyka, dlaczego warto się zaszczepić, choć nie zawsze to jest przyjemne.

To ciekawa książeczka dla przedszkolaków, ale też i dla nieco starszych dzieci, również tych, które nie są rodzeństwem wcześniaka.

Bożena Cieślak-Osik, psycholog kliniczny ze Szpitala Klinicznego im. ks. Anny Mazowieckiej w Warszawie oraz Dziecięcego Szpitala Klinicznego im. Józefa Polikarpa Brudzińskiego w Warszawie

To rodzina Państwa Kwiatkowskich:

- mama Kasia, która ma w brzuszku małą Dorotkę
- tata Tomek
- Franek
- Ania
- piesek Bułka

Mama bardzo lubi zajmować się swoimi roślinkami w domu i ogródku. Chętnie pomaga jej w tym 5-letni Franek. Ma swoją własną roślinkę – aloes, o który bardzo dba. Franek lubi też obserwować owady, które spotyka w ogródku. Dostał nawet od dziadka lupę i lornetkę, żeby móc podziwiać różne zwierzęta.

Ania ma 9 lat. Kocha swojego pieska Bułkę, o którego bardzo się troszczy. Razem z tatą pieką przepyszne ciasta, które wszyscy chętnie zjadają. Ania, kiedy dorośnie, chciałaby zostać piosenkarką.





Cała rodzina bardzo lubi spacerować po lesie.

Dlatego, w każdą niedzielę po zjedzeniu śniadania, Państwo Kwiatkowscy przygotowują sobie termosy z herbatką, koszyk i koc piknikowy.

Butka wychodzi razem z nimi – uwielbia długie spacery, ganiecie za piłeczkami i szczekanie na wiewiórki.

Ania i Franek biegają z Butką po leśnej polanie. Mama woła ich na herbatkę i kanapki – piknik na tej polance to ich tradycja.

Butka uważnie obserwuje, czy nikomu nie spadnie chociaż okruszek i robi minę najbardziej głodnego pieska na całym świecie, licząc, że ktoś się z nią podzieli.

Jednak Państwo Kwiatkowscy wiedzą, że nie można karmić piesków jedzeniem dla ludzi.

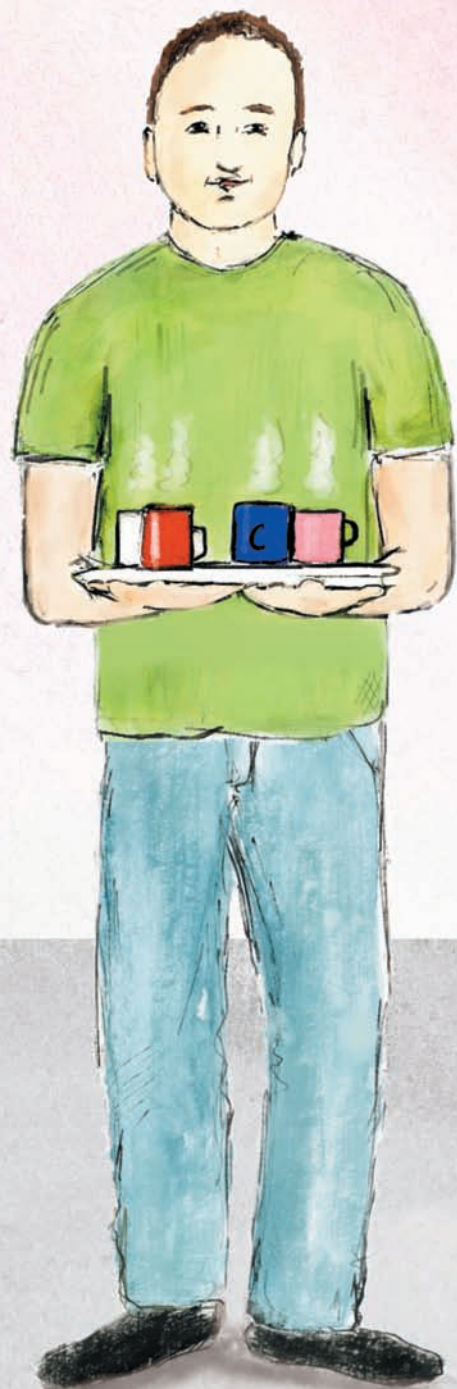
Piknik się kończy, czas wracać do domu.

Niestety, nagle mamę bardzo zaczął boleć brzusek i źle się poczuła.

Tak bardzo, że nie mogła wrócić sama do domu.

Tata szybko zadzwonił po ciocię Hanię i wujka Marcina,
żeby przyjechali zabrać dzieci i pieska do domu,
a sam zawiózł mamę do szpitala.





Dzieci bardzo denerwują się, że coś złego przydarzyło się mamie i ich małej siostrzyczce.

– Czy to przez naszą herbatkę mama źle się poczuła? – pyta zapłakany Franek

– Czy to moja wina? Dlaczego nie możemy pojechać z mamą do szpitala?
– płacze przestraszona Ania

– To nie jest niczyja wina, że mama źle się poczuła – uspokaja dzieci ciocia Hania – Lekarze muszą teraz zbadać mamusię i dowiedzieć się, co się stało.

– Może wypijemy ciepłe kakao i poczekamy na telefon od taty? Na pewno zadzwoni do nas, jak tylko się czegoś dowie – proponuje wujek Marcin



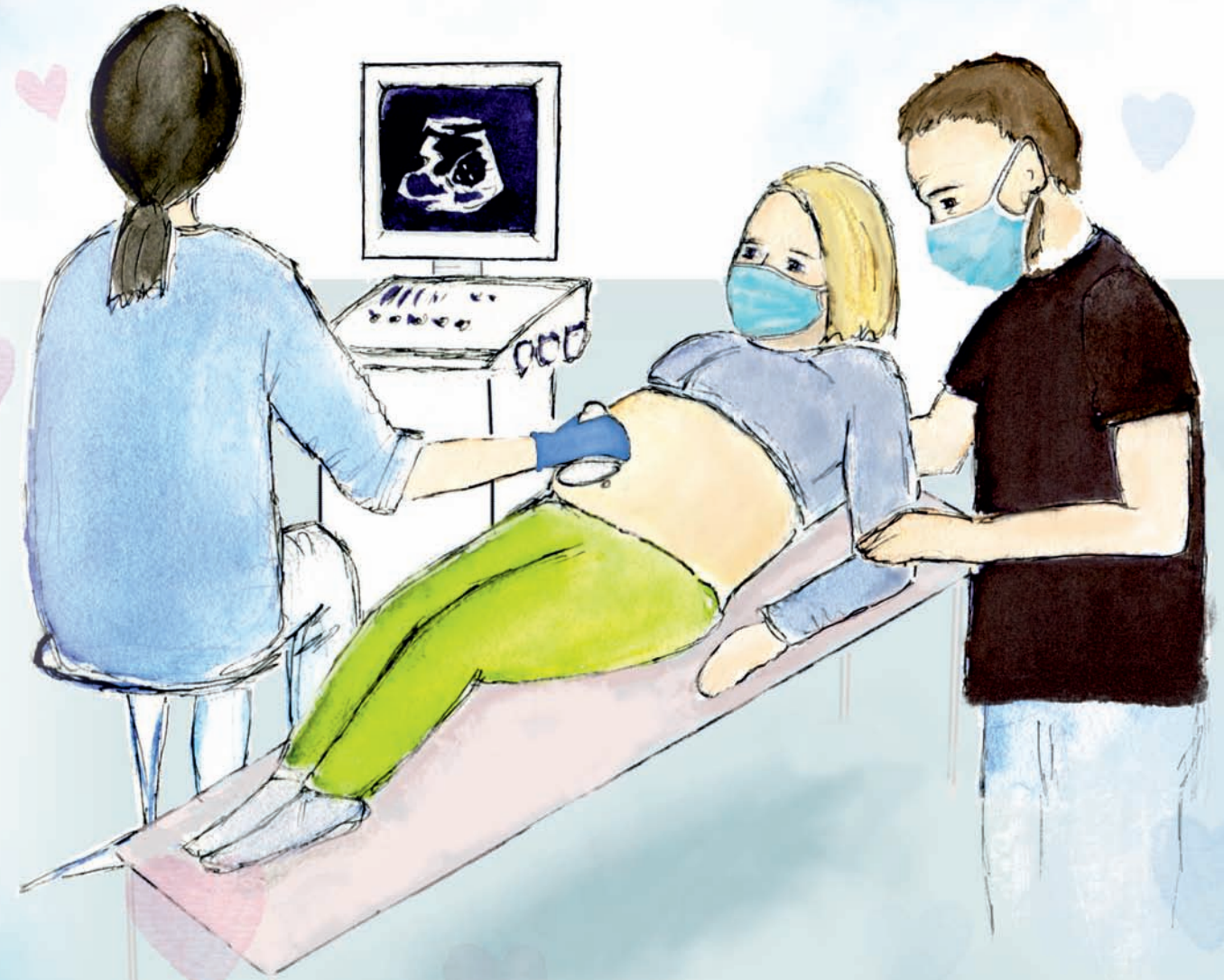
Rodzice w szpitalu też bardzo się martwią – przecież ich córeczka ma urodzić się dopiero za 3 miesiące. Mama bardzo boi się, że coś złego mogło przytrafić się małej Dorotce.

Lekarze robią jej dużo różnych badań, żeby sprawdzić, czy mama i mała Dorotka mają się dobrze.

Pani pielęgniarka zakłada mamie na brzuch specjalny pasek z urządzeniem, które pokazuje, jak bije serduszko małej Dorotki.

A potem **Pani doktor robi mamie USG** – to takie badanie, które pozwala zobaczyć dzidziusia w brzuszku.

Niestety, Pani doktor ma dla rodziców złe wieści – ich **córeczka chce za szybko przyjść na świat.**





– Aniu! Franku! Dzwoni Wasz tata! – woła wujek Marcin

Dzieci szybko biegną, żeby porozmawiać z rodzicami.
W telefonie dzieci słyszą bardzo smutnych rodziców.

– Czemu jesteś taki smutny, tato? – pyta Ania

– Lekarze zbadali mamusię i wiemy już, że Dorotka urodzi się przed czasem.

– To super! Szybciej będzie się z nami bawić!

– cieszy się Franek

– Niestety nie, Franku – odpowiada mama. – Dzidzia, która urodzi się zbyt szybko, może mieć różne choroby – jej płuca nie potrafią jeszcze same dobrze oddychać, może mieć problem z oczkami, będzie musiała leżeć w **inkubatorze**... – mama zalała się łzami

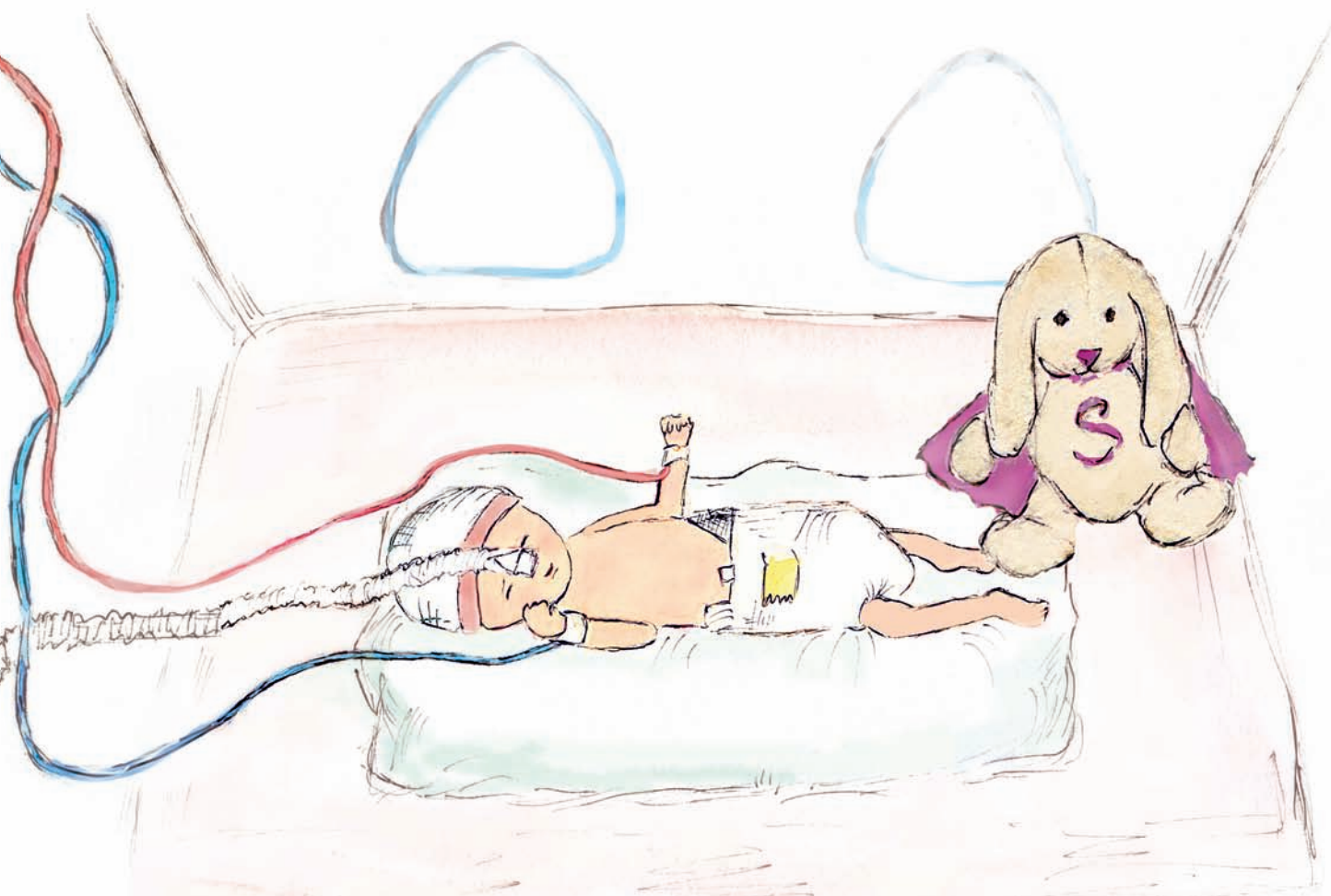
– Musimy z mamą zostać w szpitalu. Zadzwonimy do Was jutro rano – mówi tata.

– Słuchajcie cioci i wujka, kochamy Was!

Ania i Franek bardzo martwią się o mamę, tatę i Dorotkę. Nie wiedzą też, o czym właściwie mówiła ich mama. **Co to jest inkubator?** Dlaczego siostrzyczka nie może sama oddychać? Przecież one po urodzeniu nie leżały w żadnym inkubatorze, a oddychać umiały zupełnie same!



- Ciociu, o jakim intu... inku... in... – Franek próbuje wymówić tę trudną nazwę
- Inkubatorze – podpowiada Ania
- Właśnie. O jakim inkubatorze mówiła mama? Dlaczego Dorotka ma w nim leżeć i dlaczego sama nie może oddychać?
- spytał zdezorientowany Franek
- Dzieci w brzuszku mamy przygotowują się do przyjścia na świat. Zajmuje to 9 miesięcy, tyle czasu potrzeba, by powstał nasz skomplikowany organizm. Dziecko po urodzeniu oddycha, je, robi siusiu i kupę, rusza się, widzi, płacze i słyszy. To cała masa umiejętności! Kiedy dziecko rodzi się za szybko, nie jest gotowe do życia poza brzuszkiem mamy, może na przykład potrzebować pomocy w oddychaniu. Wtedy Pani doktor wkłada dzidziusia do takiego specjalnego urządzenia – **inkubatora**
- w którym jest tak ciepło, jak w brzuszku mamusi.



Czasem też wcześniak, czyli dziecko które urodzi się zbyt wcześnie, ma przyłączone do ciała różne rurki, które pomagają mu oddychać i jeść. **Wcześniak, to taki mały superbohater**, który dzielnie walczy od pierwszych chwil życia.

Franek był bardzo dumny, że jego siostra będzie **superbohaterką**.



– Rano okazało się, że w nocy urodziła się Dorotka.

Ciocia pokazuje dzieciom zdjęcie malusieńkiej jak Calineczka siostrzyczki.

– Ale ona jest mała! – dziwi się Ania

– Czy możemy przyjść i ją poznać? – pyta Franek

– Niestety nie – odpowiada ciocia. – Dorotka jest teraz bardzo słabiotka i może bardzo łatwo zachorować. Do szpitala, w którym leży, nie mogą wchodzić dzieci, ale będziecie widzieć ją na zdjęciach. A kiedy już będzie wystarczająco silna, wyjdzie ze szpitala i poznacie ją w domu.

– Za to dzisiaj już tata wróci do domu – mówi wujek Marcin

Ania cieszy się, że będzie mogła przytulić się do taty, ale tęskni za mamą i chciałaby zobaczyć Dorotkę. Czuje, że to niesprawiedliwe, że teraz nie ma przy niej mamy.

Na szczęście, przyjeżdża babcia i dziadziś z Gdańska, żeby zaopiekować się Anią i Frankiem.



Po 2 tygodniach mama wraca do domu, ale bez Dorotki. Niestety, siostrzyczka musi jeszcze leżeć w inkubatorze. Mama bardzo martwi się o Dorotkę i kiedy tylko może, jeździ do szpitala. Na szczęście i mama, i tata są zaszczepieni przeciwko wirusowi SARS-CoV-2, który wywołał zamieszanie, które nazywa się pandemią koronawirusa, dzięki temu mogą spędzać czas z maciupeńką Dorotką. Mama mówi, że mleko jest jak lek, dlatego dużo czasu poświęca na to, żeby przygotować pokarm dla maleństwa. Służy jej do tego specjalne urządzenie do ściągania mleczka z cycusia, nazywa się ono **laktator**. Z każdym tygodniem mała Dorotka staje się coraz większa i silniejsza.



– Tomku! Pani doktor powiedziała, że możemy rozpocząć **kangurowanie!** – cieszy się mama

– Kangurowanie? Czyli Dorotka jest kangurem, a nie człowiekiem?
– pyta bardzo zdziwiony Franek.

– Oj nie, Franku, jest człowiekiem, tylko takim tycim tyciusieńkim – wyjaśnia mama.

– Kangurowanie to tylko taka trudna nazwa na bardzo miłą rzecz! – dodaje tata

– To po prostu przytulanie małego dzidziusia skóra do skóry, żeby czuł się bezpieczny i otoczony miłością jak kangurek w torbie mamy kangurzycy.

Franek czuje ulgę, że jego siostra jednak nie będzie kangurem. W końcu nie zna przecież języka kangurów, więc, jak miałby się z nią bawić, gdyby się w niego zmieniła?

– Pewnego dnia tata przyjechał ze szpitala z bardzo dobrymi wieściami.

– Kochani, Pani doktor powiedziała, że jeśli wszystko będzie dalej dobrze, Dorotka będzie mogła przyjechać do domu za tydzień!

– Super! – cieszy się Franek

– Ale fajnie! – woła Ania, która zdążyła w tym czasie wymyślić aż 3 piosenki dla swojej siostrzyczki.

– Teraz przez pewien czas nie będziemy mogli zapraszać nikogo do domu – ani cioci i wujka, ani Waszych kolegów i koleżanek, żeby nie przynieśli przez przypadek żadnych złych wirusów, które mogłyby zaatakować Dorotkę – mówi mama.

– Ale dlaczego? Przecież ja spotykam się z kolegami i nic mi nie jest!

– pyta dumny z siebie Franek

– Tak, Franku. Ale ty jesteś już bardzo duży i silny, a Dorotka potrzebuje jeszcze naszego wsparcia, żeby mieć tyle sił, co ty – odpowiada mama. Dzieci pomagają w sprzątanii i wietrzeniu domu na przyjazd Dorotki. Mama powiedziała też, jak zapoznać Bułkę z matą Dorotką.



– Jutro przyniosę do domu kocyk Dorotki, żeby Bułka знаła jej zapach i się jej nie bała. A po przyjeździe ze szpitala pozwolimy Bułce obwąchać jej nosidełko, ale na razie nie będzie mogła się z nią bawić ani lizać. Dorotka musi jeszcze trochę podrosnąć.

Wszyscy bardzo już czekali na ten cudowny dzień, kiedy Dorotka pojawi się w domu.





To dziś Dorotka przyjedzie do domku! Ania i Franek wysprzątały cały dom na błysk, a tata upiekł pyszne ciasto, żeby świętować przyjazd nowego członka rodziny. Wydawało się, że nawet Bułka dokładnie wylizała swoją sierść na łapkach! Dzieci wiedziały, że nie mogą hałasować, żeby nie wystraszyć małej siostrzyczki, a Ania już powtarzała sobie w myślach piosenki, które będzie nuciła Dorotce.

– Już są! – woła babcia

Mama i tata wchodzi do domu, tata trzyma nosidełko z malutkim człowiekiem. Wszyscy dokładnie umyli ręce, zanim pochylili się nad maleństwem. Ania i Franek widzą Dorotkę pierwszy raz na żywo. Naprawdę wygląda jak Calineczka z bajki!

– Jaka ona jest maciupeńka – zachwyca się Ania

– Pójdę nakarmić Dorotkę i już z Wami siadam do tego pysznego ciasta. – mówi mama

– A dlaczego Dorotka z nami nie świętuje? Myślałem, że zagra z nami w tę nową grę...

– dziwi się Franek

– Dorotka jest jeszcze zbyt mała, żeby z nami usiąść przy stole. Takie maluszki lubią duuużo spać i pić mleczko. A grać w gry jeszcze zupełnie nie potrafią. Wszyscy byliśmy

kiedyś malutcy i nie potrafiliśmy wtedy bawić się, tak jak umiemy teraz. Wasza siostrzyczka będzie z każdym dniem coraz większa i za jakiś czas z pewnością chętnie będzie się z Wami bawiła! – wyjaśnia mama

Dorotka pije mleczko i zasypia. Mama siada przy stole, by świętować z rodziną przyjazd małej córeczki do domu.

– Jak to dobrze, kiedy cała rodzina jest w komplecie!

– mówi z ulgą babcia.



– Minął pewien czas i przyszła zimna i ponura jesień. To dla wszystkich trudny moment w roku – jest ciągle ciemno, buro i ponuro. Na ulicy gromadzi się błoto, a w powietrzu szaleją **wirusy**, chętne kogoś zaatakować.

Franek i Ania właśnie jedzą swoje ulubione płatki śniadaniowe i za chwilę tata zawiezie ich do przedszkola i szkoły.

– Tomku, czy pojechałbyś dziś ze mną i Dorotką do przychodni? – pyta mama

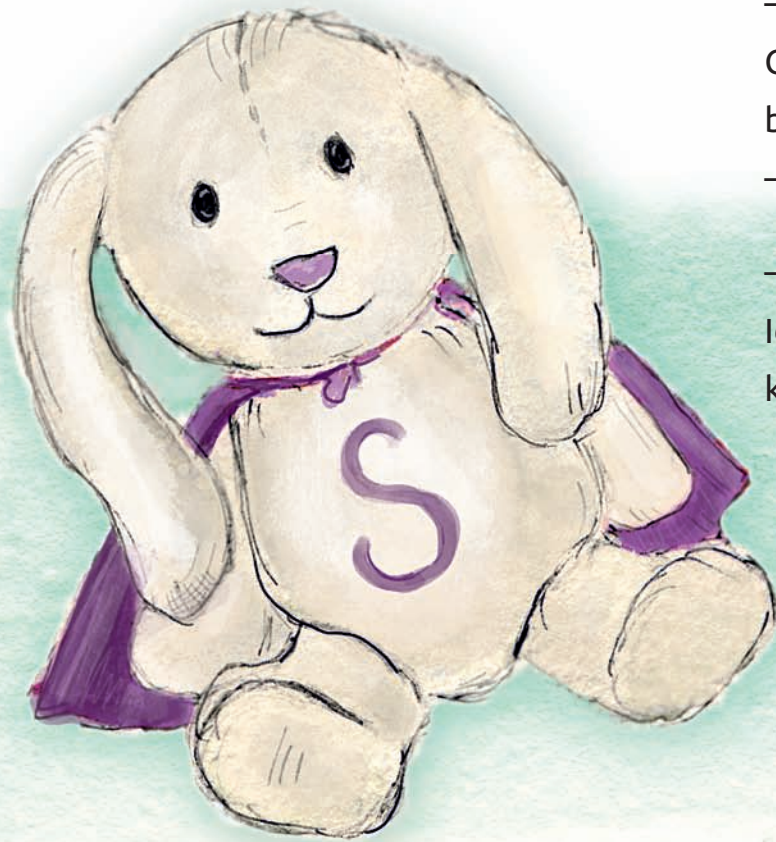
– Oczywiście – odpowiada tata.

– Dlaczego idziecie do przychodni?

Czy Dorotka jest chora i znowu będzie leżeć w szpitalu?

– niepokoi się Ania

– Nie, kochanie – odpowiada mama. Idziemy z Dorotką na zastrzyk, który da jej supermoc.



– Zastrzyk! Brrr... nie znoszę zastrzyków! – krzyczy Franek

– Wiem, zastrzyki to nic przyjemnego – odpowiada spokojnie mama. Ale to bardzo ważne, żeby Dorotka dostała ten zastrzyk – są w nim malutcy obrońcy, którzy będą czuwać nad bezpieczeństwem Waszej siostrzyczki.

– Woow! To tak, jak rycerze w bajce! – zachwyił się Franek.





- myj ręce

- pamiętaj o szczepieniach

- zostań w domu

- noś maseczkę

– Dokładnie tak, ci rycerze będą stawać w obronie Dorotki – mówi tata – ale Was i siebie też będziemy chronić przed innym wirusem.

– Jakim? – pyta Ania

– **Wszyscy zaszczepimy się przeciwko wirusowi grypy** – tłumaczy mama

– Musimy? – pyta Ania

– **Jeśli chcemy zadbać o zdrowie naszej rodziny, to musimy** – mówi tata

– No dobra – powiedział Franek – jak musimy, to musimy

– A ja wiem, jak jeszcze możemy powiedzieć **stop wirusom**, bo robiliśmy o tym plakat w szkole – przypomina sobie Ania

– To powiedz, kochanie, co możemy robić, żeby wirusy trzymały się od nas z daleka?

– Zawsze musimy **myć ręce**, kiedy wracamy do domu, **nosić maseczki** w sklepach, w kinie – nawet podczas oglądania filmu, a i jeszcze **myć zabawki**, szczególnie te, którymi bawi się Dorotka. I jeśli **mamy katar**, to **nie możemy chodzić w gości ani do szkoły**.

– Aniu, jestem pod wielkim wrażeniem! Bardzo dużo wiesz, córeczko

– zachwyciła się mama.

– Mała Dorotka obchodzi dziś swoje czwarte urodziny. To już naprawdę bardzo dużo! Przyjechała cała rodzina – obie babcie, dziadkowie, ciocia Hania, wujek Marcin. Przyszły też koleżanki z przedszkola Dorotki. Wszystkich było tak dużo, że ledwo pomieścili się w mieszkaniu!

Ania upiekła Dorotce przepyszny tort czekoladowy, a Franek zrobił piękną laurkę. Cała rodzina i przyjaciele śpiewają Sto lat.

Tylko mama ukradkiem ociera łzę, która płynie jej po policzku. Jest taka dumna ze swojej dzielnej **Superbohaterki**, najdzielniejszej z dzielnych i najmniejszej z najmłodszych. – Bądź zdrowa i szczęśliwa, kochanie – szepcze Dorotce do uszka.

