

Skúsenosť mamičky

Zuzana: Zážitky z cestovania za hranice svojej krajiny.

V prvom rade, predtým, ako cestujete, hlavne tie, ktorých deti majú pumpu, zariadte si určite, aby ste mali **náhradnú pumpu**. Nikdy neviete, čo sa môže stať. U nás v Rakúsku, je to tak, že keď viem predbežne dátum dovolenky, tak vopred zavolám Medtronicu a oni nám na tu dobu zapožičajú druhu pumpu pre prípad. Ja to robím takto pravidelne pred každou dovolenkou a vždy dám o 2 týždne viac, čo sa týka dátumu, aby som aj ja mala všetko bez stresu. Ešte nikdy sme ju nemuseli použiť až na túto dovolenku. Čo sa týka **zdravotného poistenia**, pokiaľ cestujete v rámci Európskej únie, všetko ok, pretože kartičky platia všade, ale za mláskou už nie. Hlavne, keď máme deti, ktoré potrebujú okamžitú zdravotnú starostlivosť. Dobrá správa je ale tá, že keď si kúpite letenky cez internet a platíte kredit kartou, tak v tom máte aj zdravotne poistenie. My sme to využili teraz a manžel takisto už asi pred rokom, keď skončil v nemocnici u Arabov s otravou jedla. Čo sa týka letu, tak podľa múdrych kníh by sa mala vypínať pumpa pri vzlete a prílete. Že vraj **pri odlete sa má pridať** trochu inzulínu a **pri prílete ubrať trošku**. My sme to nezaregistrovali ešte ani raz, aj keď sme mali pumpu odopnutú a sledovali sme, či nejaká ta kvapka pribúda. Ale pravdu povediac, malá 2x pri odlete išla dole s cukrom. Avšak čo bola príčina, veru neviem. Čo sa týka **jedla**, tak ja vždy nabalím plný príručný kufor jedla, ak by bola Sophie hladná, lebo strava v lietadle – nemusím. Ja robím chlebíky malinké po pol jednotke plus ovocie po pol jednotke a tak si malá vyberie, akurát na čo má chuť a môže kombinovať. Robím vždy navyše, aby sme mali aj na prvé dni, pokiaľ sa udomácnime. A ešte vždy, keď cestujeme, tak si **objednávame vopred jedno diabetické jedlo a jedno Low cholesterol**. Tie bývajú poväčšine oveľa zdravšie a chutnejšie ako obyčajné a máme z čoho vybrať pre malú. Robia to všetky aerolínie. Takisto sme tentokrát zobrali jeden celý chlieb už nakrájaný na plátky a vždy som si v izbe navážila na raňajky a zobrala ten, lebo sme už veľa krát mali problém pri raňajkách vybrať chlieb, z ktorého by neletela hore a raňajky sú pre nás základ, čo sa týka glycií aj sacharidov. Čo sa týka diabetických vecí a pomôcok, máme jeden príručný kufor plný všetkého možného, 3 krát viac akoby sme potrebovali. **Vždy to mám so sebou ako príručnú batožinu**. Zase človek nikdy nevie. Ešte sme s tým nikdy problém nemali, všade vyjdú v ústrety a kľudne nosíme fľaše vody a džúsu, ihly, nožnice atď. aj do lietadla. Avšak stále máme so sebou od doktorky doklad, že malá je diabetička a ten vždy ukazujeme. A posledné **časový posun**. Keď je rozdiel jedna dve hodinky, neriešim, zmením tam, ako sa zobudíme. Ale keď je to väčší rozdiel, tak už niekoľko dní vopred sa snažím malú dávať neskôr spať a neskôr vstávať a posúvať denne čas na pumpe. **Plávanie** – keď je pumpa a keď ide plávať, odpojiť, ale nezabudnúť pri senzore, že každých cca 20 minút treba pridržať pumpu pri senzore, aby sa našiel, inak sa stratí a treba reštartovať senzor znovu. Mali sme aj ten opasok aquapack, ktorý je treba poriadne zapnúť a dá sa pekne aj s nim plávať a je to super, lebo netreba sledovať každých 20 minút, či sa senzor nevypol. Čo sa týka inzulínu pri plávaní, tak keď vypnem IP, nedávam viacej inzulínu, pretože aj tak bláznením ide dole a ak náhodou ide vyššie, napojím, dám korekciu a odpojím. Ešte ma napadlo, tie ktoré máte pumpu a nepoužívate **Carelink** (je to USB, ktorým si nahráte všetky údaje do počítača), tak začnite a pravidelne si to upratujte. Nám to tentokrát pomohlo tým, že nám pumpa prestala fungovať a síce sme mali druhú, ale všetky údaje, ktoré sú v pumpe, ja v hlave nemám a na dovolenku som si ani nezobrala nič napísané. Takto sa cez internet hocikde na svete dostanete do svojich údajov pumpy a tak sme urobili a nastavili podľa posledného nahrávania, čo bolo cca pred 2 týždňami.