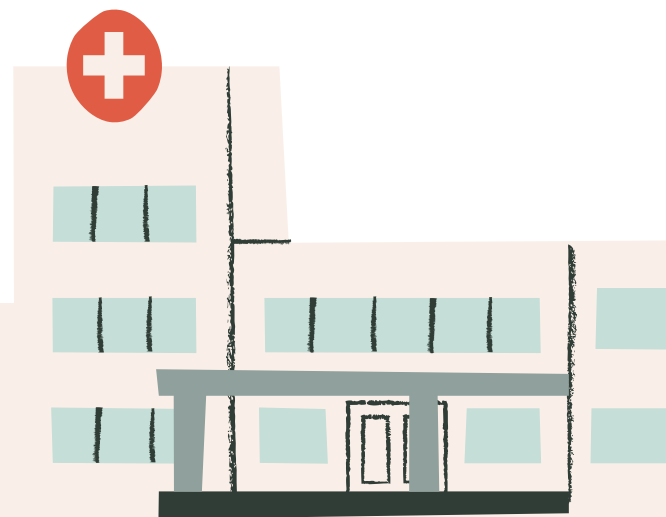
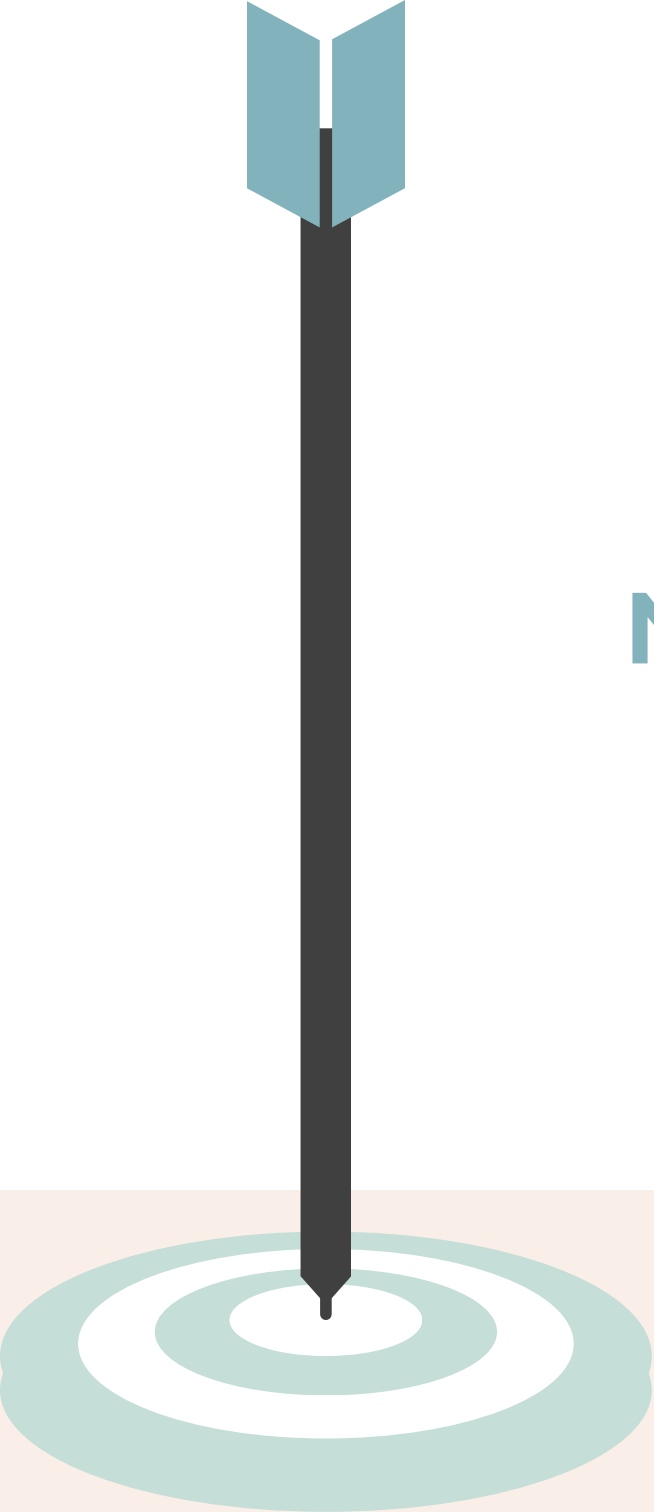


MÔJ ODBER KRVÍ



Niekedy, keď som dlho chorý, musí ma lekárka lepšie vyšetriť.



Vtedy pôjdem k lekárke, aby mi zobrala z rúčky krv.



Lekárka mi pomáha, aby som bol zdravý a cítil sa dobre. Niekedy však potrebuje skontrolovať moju krv, aby zistila, či je všetko v poriadku.

Keď idem na odber krvi, viem, čo sa bude diať.

Najprv prídeme do čakárne, kde musím chvíľku čakať.



Môžem si so sebou zobrať obľúbenú hračku alebo knižku, aby som sa cítil pohodlne.

**Keď prídem na rad, sestrička ma aj s maminou zavolá
dovnútra.**



Sestrička je milá a pomôže mi so všetkým, čo budem potrebovať.

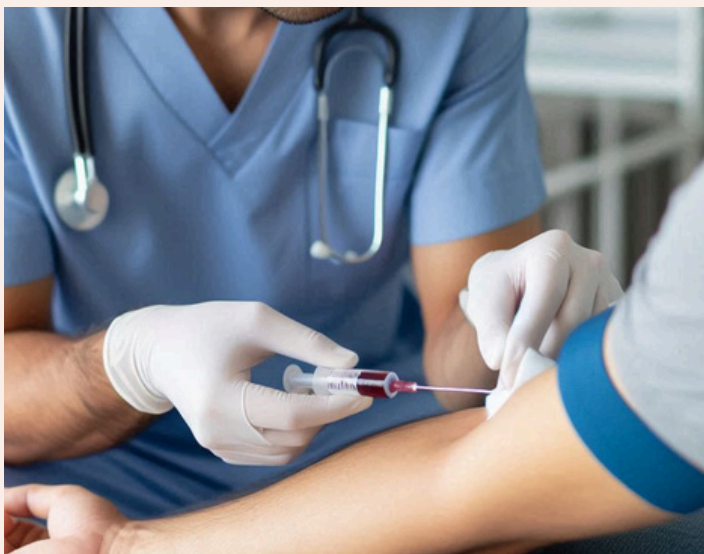
Sadnem si do pohodlného kresla.



Sestrička mi najprv musí stiahnuť rúčku pevnou páskou. Pomáha, aby našli správne miesto na odber krvi.

Môžem sa pozeráť inam, ak chcem, alebo sa pozeráť na hračku, ktorú som si priniesol.

Potom sestrička použije malú ihlu.



Môžem cítiť malé pichnutie,
ale trvá to len chvíľku.

Je to ako štípnutie včielkou,
ktoré rýchlo prejde.



Sestrička vezme trochu krvi.

To trvá len pár sekúnd.
Počas toho môžem
zostať pokojný a dýchať
zhlboka alebo počítať do
10.



Môžem si predstaviť niečo
pekné, ako napríklad
oblíbené miesto alebo
hru, držať mamine ruku,
alebo
sa hrať s hračkou, ktorú
som si vzal so sebou.

Keď je odber hotový, dostanem náplast’.



Sestrička mi dá náplast’ na miesto, kde bola ihla.
Môžem si vybrať náplast’ s obrázkom, ktorý sa mi páči.

Po odbere si môžem pochutnať na malej odmenke.



Môže to byť sladkosť, nápoj alebo niečo, čo mi urobí
radosť.

Lekár a sestrička ma pochvália, aký som bol statočný.

Po odbere krvi sa môžem vrátiť domov.



Som hrdý na seba, že som to zvládol!

