

# KRÓLICZEK EVOLINEK



zawsze  
o krok przed  
astmą

Celem Fundacji „Zawsze o Krok przed Astmą” jest długotrwałe wspieranie osób chorych i ich rodzin w dostępie do informacji w zakresie profilaktyki chroniącej przed zachorowaniem na astmę. Jednym z rezultatów działań prowadzonych przez Fundację jest właśnie ta książeczka.

[www.zawszeokrokprzedastma.org](http://www.zawszeokrokprzedastma.org)

**Drodzy Rodzice,**

Najtrudniejszą częścią rodzicielstwa jest wspieranie dziecka w chorobie. Jako rodzice możemy jednak bardzo wiele zrobić, aby owoić nasze dziecko z chorobą i pozwolić na samodzielne - stosowanie do wieku dziecka - decydowanie o sobie w związku z koniecznością szczególnego dbania o siebie.

Czytajcie tę książeczkę z dzieckiem, wspólnie ją pokolorujcie, niech pomoże Wam w trudnej walce o uśmiech Waszego Alergika.

*Justyna Mroczek-Żal*

*Magdalena Gruszczyńska*

---

Nazywam się Króliczek Evolinek. Jestem chory na AZS – atopowe zapalenie skóry. AZS to choroba skóry, która objawia się tym, że skóra jest bardzo sucha, zaczerwieniona i mocno swędzi. Czasami moją skórę pokrywa wysypka, która nie wygląda ładnie. Bardzo nie lubię, kiedy moja skóra pokryta jest wysypką.

Mam też astmę, to znaczy, że często trudno mi oddychać i szybko się męczę. Mam alergię i jestem uczulony na roztocza kurzu domowego to znaczy, że mam często katar i kaszel kiedy w moim otoczeniu są małe stworzonka zwane roztoczami.

AZS, alergia i astma to choroby, które nie są zaraźliwe, to znaczy, że nikt nie zachoruje od tego, że się ze mną uczy czy bawi. Lubię się uśmiechać, bo rodzice wspólnie z lekarzem nauczyli mnie jak dbać o siebie i swoje zdrowie mimo choroby.

---



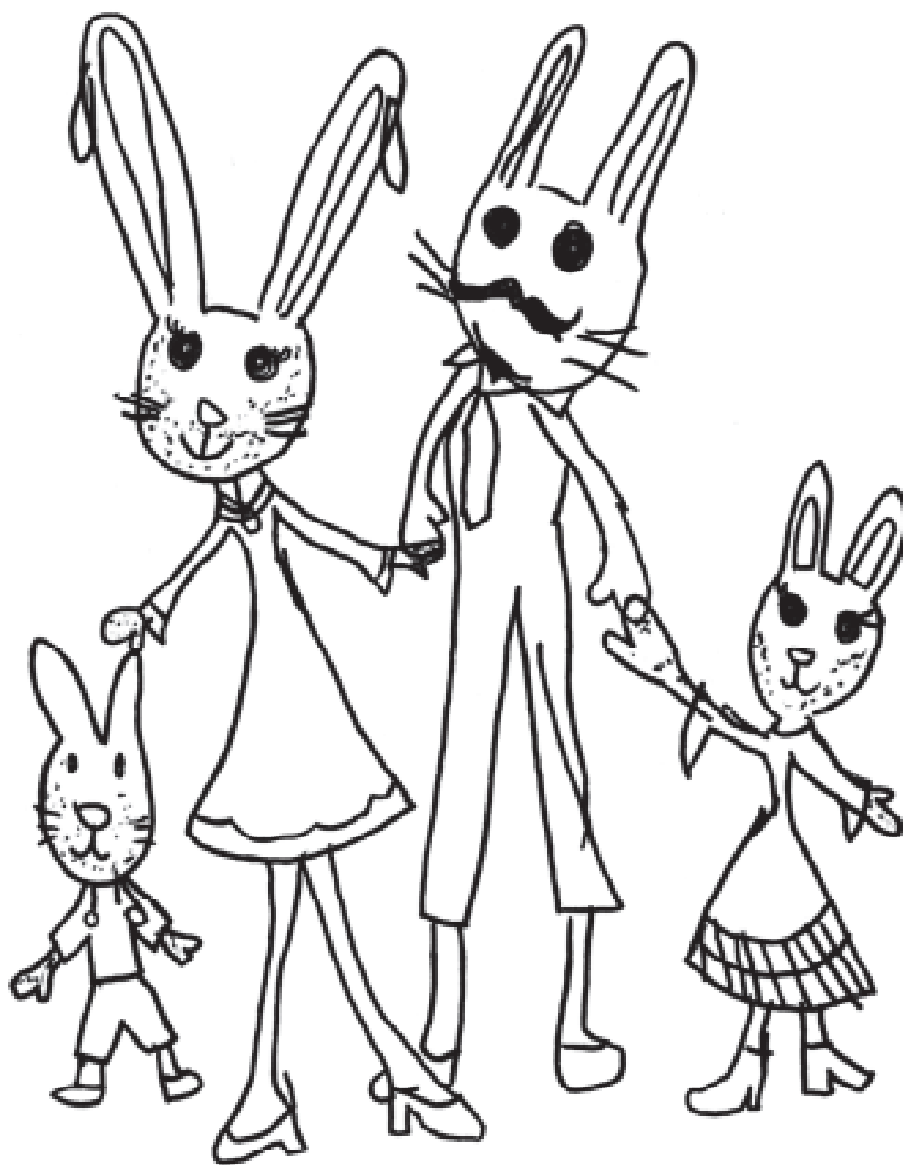
SOVA  
Produkty Antyroztozczowe  
[www.alergsova.pl](http://www.alergsova.pl)



DERMASOVA  
Anty-Atopowa Bielizna Nocna  
[www.dermasova.pl](http://www.dermasova.pl)



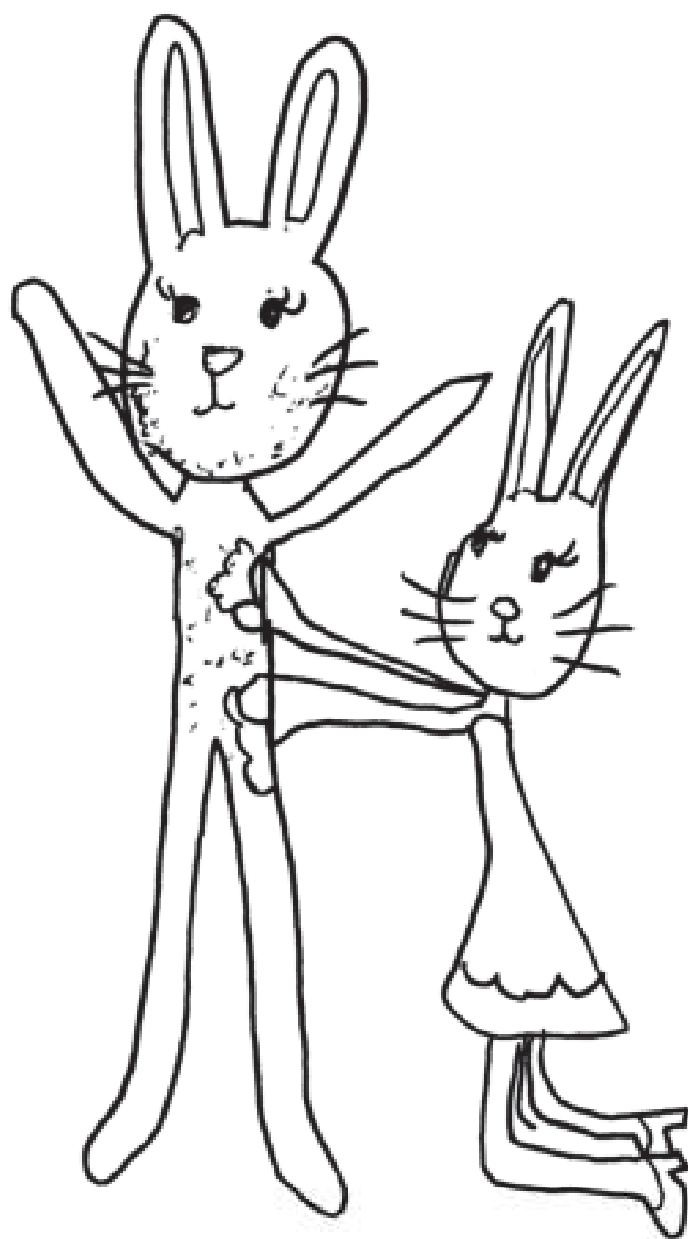
Fundacja  
„Zawsze o Krok przed Astmą”  
[www.zawszeokrokiprzedaasma.org](http://www.zawszeokrokiprzedaasma.org)



*Autorem rysunku jest 8-letni Alergik.*

---

Rodzice kochają mnie takim jakim jestem. Przytulają mnie również wtedy, kiedy mam wysypkę, katar i kaszel. W miłości, żadna choroba nie przeszkadza, a przytulanie jest specjalnym lekarstwem na wszystkie choroby skóry.



*Autorem rysunku jest 8-letni Alergik.*

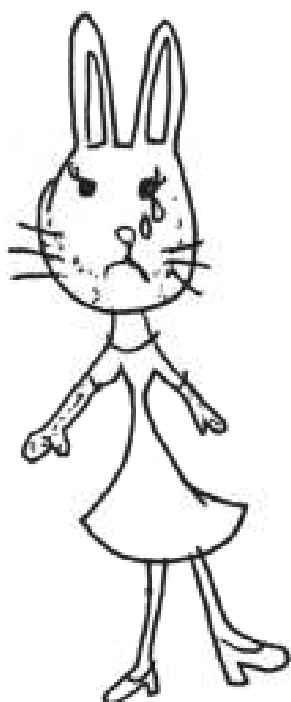
---

Moje ciało jest ważne i wiem, jak dbać o nie i je szanować. Smaruję je codziennie kremami, które dali mi rodzice, a myję się specjalnymi kosmetykami, które pomagają mojej skórze. Kiedy sobie nie radzę ze smarowaniem skóry sam, zawsze mogę liczyć na pomoc rodziców.



Autorem rysunku jest 8-letni Alergik.

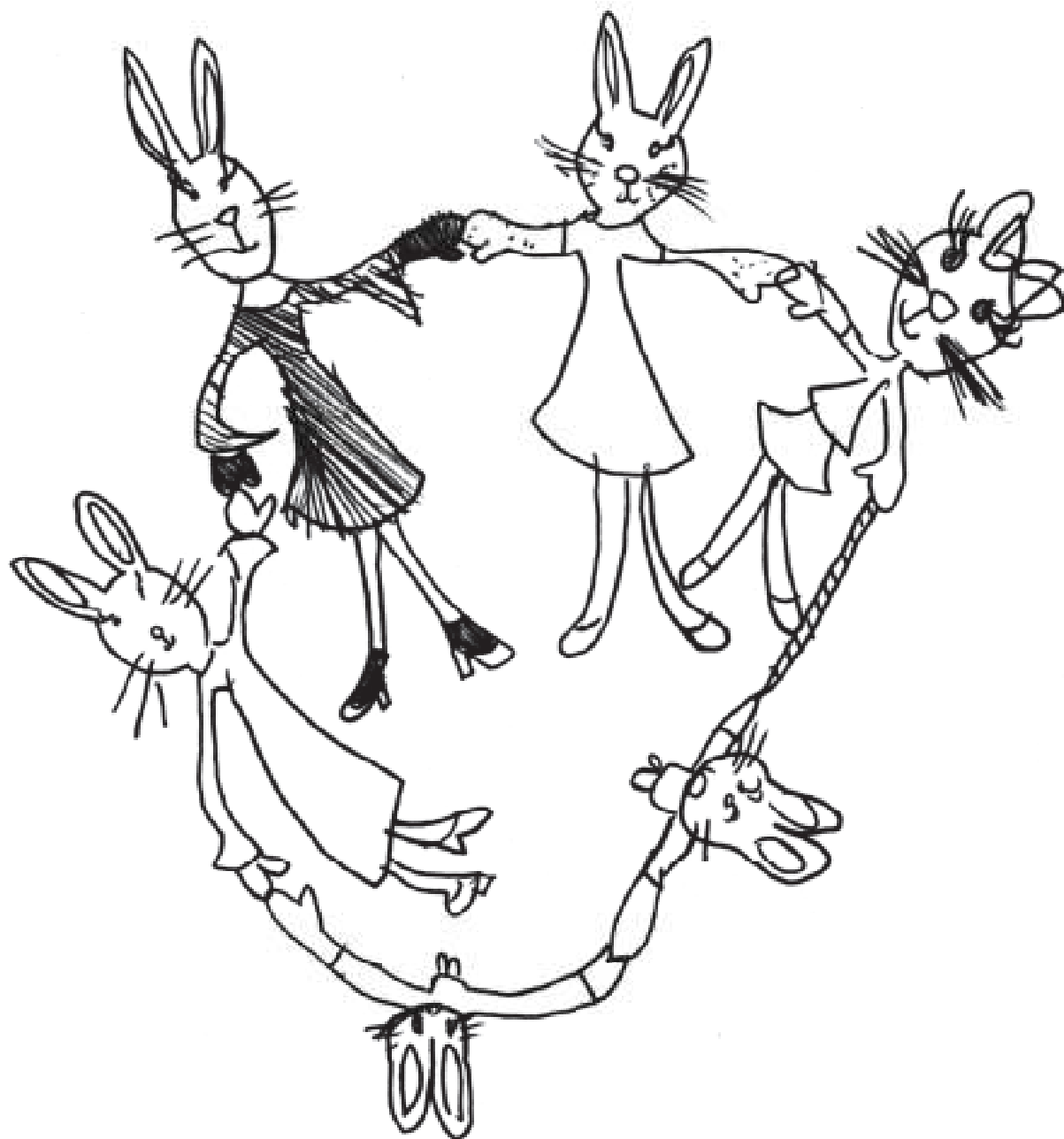
Przebywanie za długo na słońcu szkodzi mojej skórze, źle się wtedy czuję. Zawsze chodzę w nakryciu głowy, czapce albo kolorowym kapeluszu i nie zapominam nasmarować ciała kremem, który chroni przed słońcem.



*Autorem rysunku jest 8-letni Alergik.*

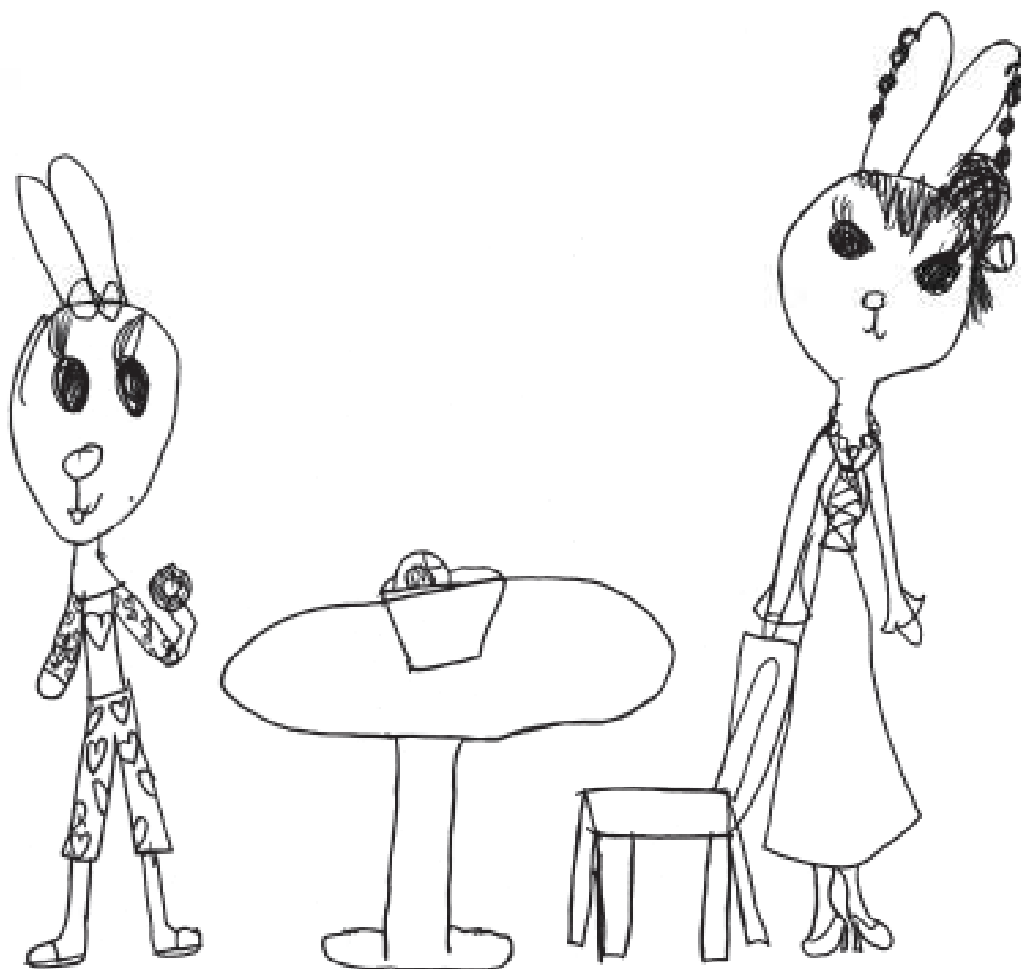
---

Czasem, kiedy króliki widzą na moim ciele wysypkę, śmieją się ze mnie i jest mi smutno. Rodzice albo nauczyciele rozmawiają z nimi i mówią o tym, że każdy jest wyjątkowy. Wtedy już nikt mi nie dokucza.



*Autorem rysunku jest 8-letni Alergik.*

Wiele razy inne króliki nie chciały dotknąć mojej ręki, bo była na niej wysypka. Bały się że też będą miały poranione dłonie. Rodzice powiedzieli mi, żebym wtedy mówił: „Nie bój się mnie, to tylko wysypka, nie zarazisz się nią.” Teraz już nie mam problemu z zabawą z królikami, znają mnie i już się nie boją mojej choroby, a mnie jest wesoło.

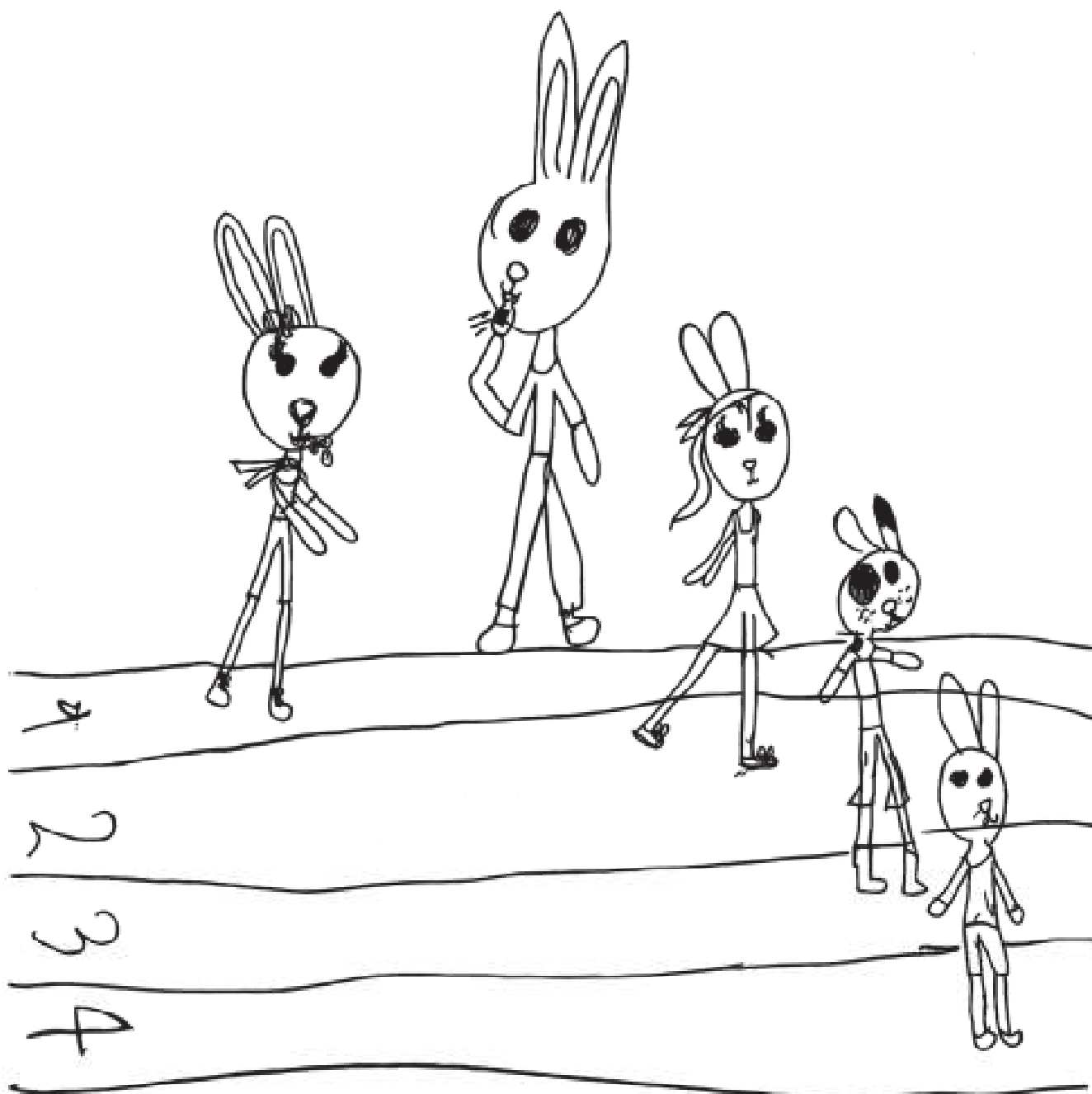


*Autorem rysunku jest 8-letni Alergik.*

---

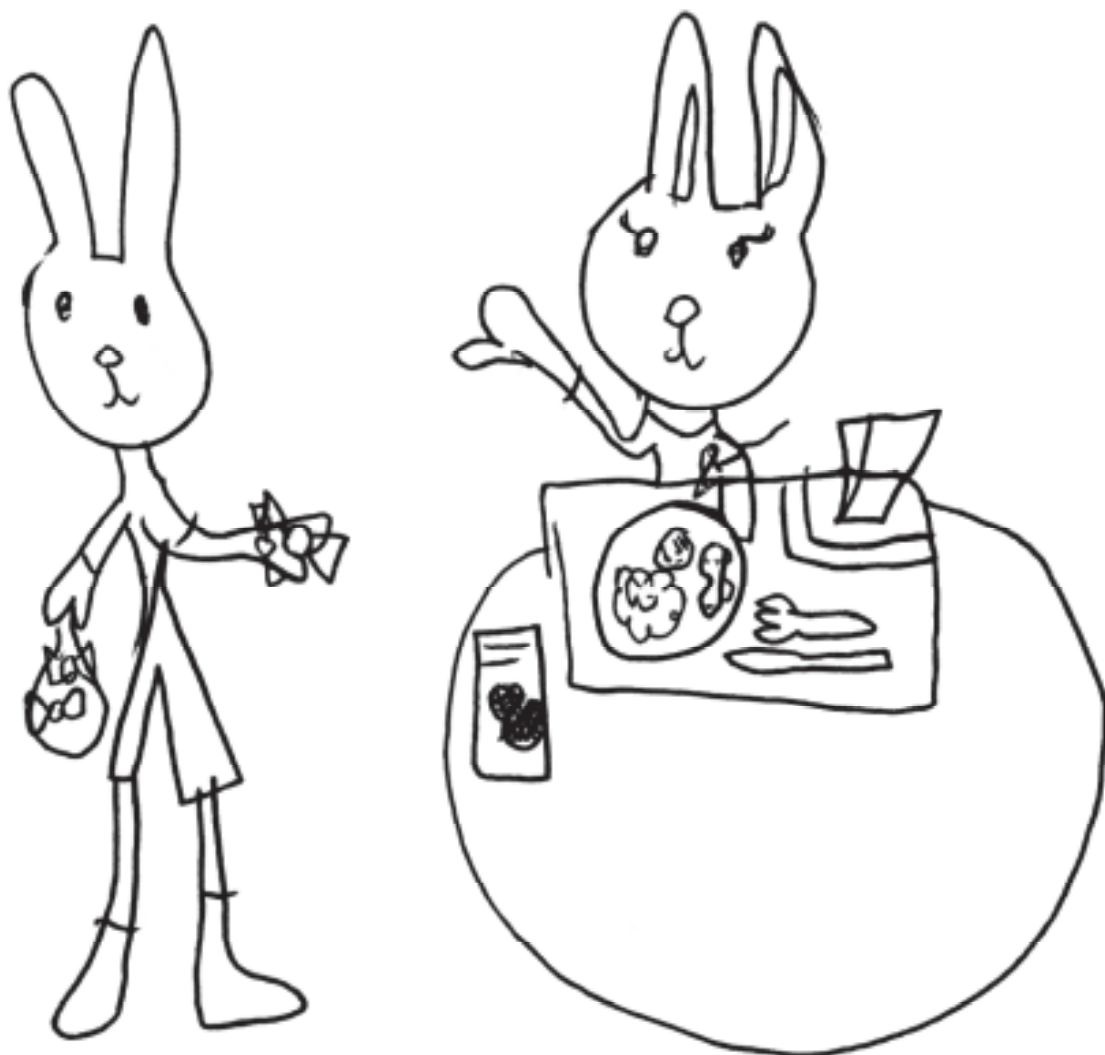
Czasami trudno mi się oddycha i muszę wtedy długo odpoczywać. Mam astmę, to taka choroba, przy której stale bierze się specjalne leki, żeby swobodnie oddychać. Noszę lekarstwa zawsze przy sobie w takim pojemniku, który nazywa się inhalator. Inhalator jest moim przyjacielem, dzięki niemu łatwiej mi bawić się i uczyć.





Autorem rysunku jest 8-letni Alergik.

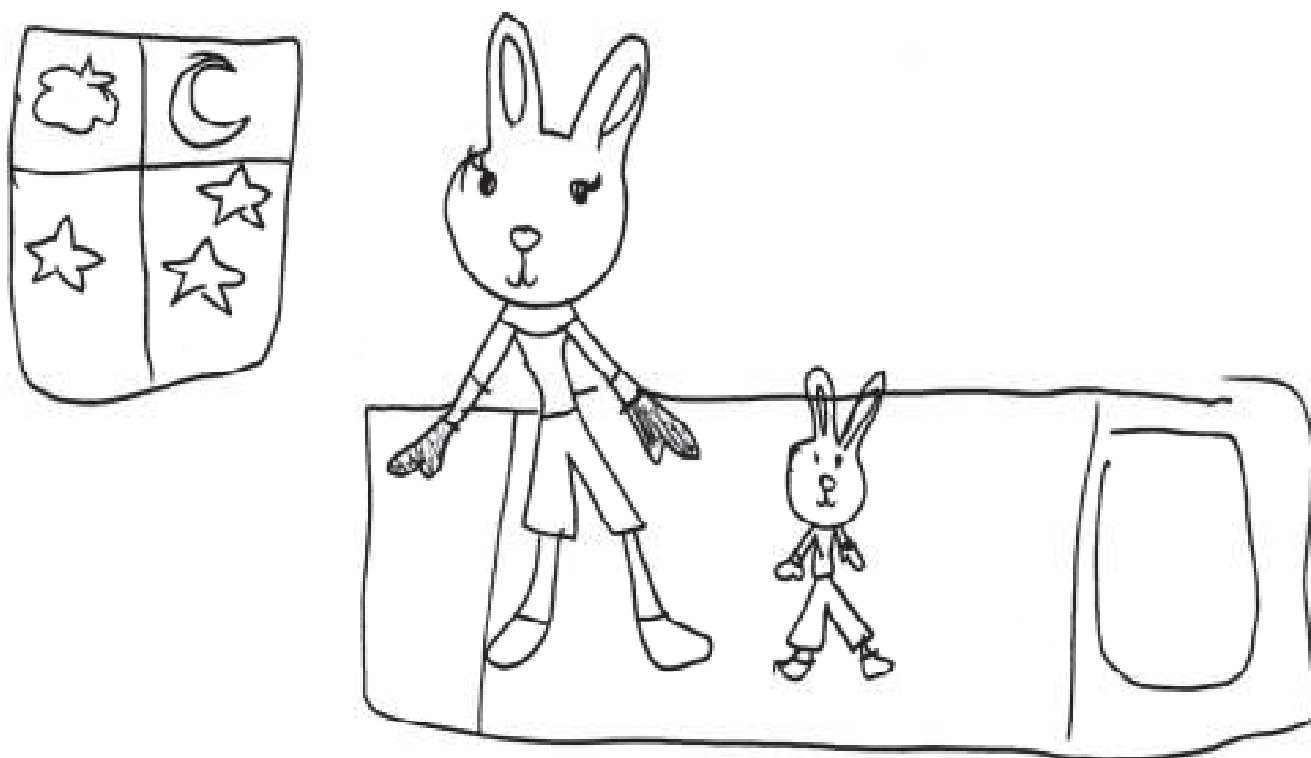
Nie biegam tak szybko jak inne króliki, ale bardzo lubię ruch, szczególnie na świeżym powietrzu, bo to pomaga mi być zdrowym. Nie zawsze udaje mi się dogonić moich kolegów i koleżanki, ale nie przejmuję się, bo każdy jest wyjątkowy. Najważniejsze jest to, że lubię sport i uprawiam go tak jak umiem i w ten sposób zawsze jestem krok przed astmą.



*Autorem rysunku jest 8-letni Alergik.*

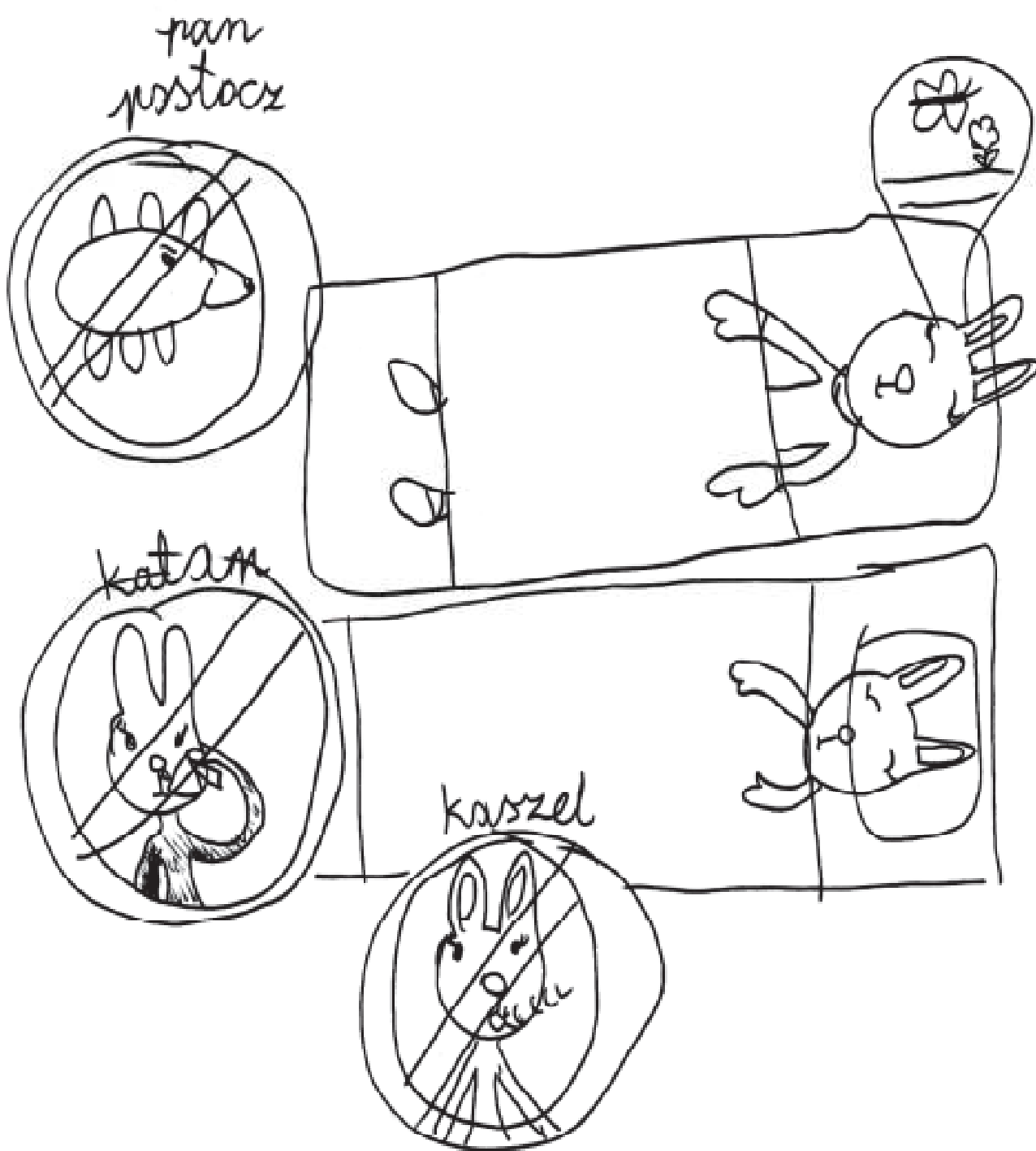
---

Jestem na diecie - to znaczy, że nie mogę jeść tego samego, co inne króliki. Jem tylko to co mi nie szkodzi. Nie przeszkadza mi to, bo wiem, że to ważne dla mojego zdrowia. Jem dużo smacznych rzeczy, które nie szkodzą mojej skórze. Kiedy ktoś mnie częstuje tym, czego nie mogę jeść, mówię: „Dziękuję, nie mogę, jestem uczulony”. I częstuję go swoimi ulubionymi smakołykami.



*Autorem rysunku jest 8-letni Alergik.*

Do snu zakładam specjalną piżamę „dla wyjątkowego królika”. Piżama jest miękka i przyjemna w dotyku i leczy moją skórę. Dzięki temu śpię spokojnie, bo nie przeszkadza mi swędzenie skóry i nie budzę się w nocy.



Autorem rysunku jest 8-letni Alergik.

Śpię na materacu w specjalnym miękkim pokrowcu, bo wtedy roztocza trzymają się z dala ode mnie. Nie mam wtedy kataru ani kaszlu. Mam też specjalną pościel, która sprawia, że lepiej mi się śpi bez małych stworzeń, które mi przeszkadzają śnić kolorowe sny.



Autorem rysunku jest 8-letni Alergik.

Czasem razem z rodzicami wkładam moje pluszowe zabawki do pralki albo do zamrażarki. Wtedy roztocza znikają i katar przestaje mi przeszkadzać w zabawie. W moim pokoju nie ma zasłon ani dywanów, bo tak łatwiej utrzymać rodzicom porządek.



## Pokrowce antyroztoczowe SOVA zapewniają trwałą ochronę przed alergenami roztoczy kurzu domowego



Pokrowce wykonane są z materiału Evolon® - bariery ochronnej dla roztoczy i ich odchodów (alergenów) o dodatkowych właściwościach antybakteryjnych. Specjalna technologia uszycia pokrowców zabezpiecza przenikanie alergenów również naszwach oraz w okolicach zamka błyskawicznego.

Skuteczność Evolon® dla alergików potwierdzają certyfikaty wydane przez ECARF (Fundacja Europejskiego Centrum Badań nad Alergiami) oraz TÜV NORD, jak również wyniki badań przeprowadzonych przez niezależne instytucje: Hygiene-Institut des Ruhrgebiets, Gelsenkirchen (Niemcy), IBT Reference Laboratory (USA), Hohenstein Research Institute, Bönningheim (Niemcy).



**Stosowanie pokrowców antyroztoczowych na materac i pościel pomaga zapobiegać rozwojowi alergii wziewnej na roztocza kurzu domowego!**

★ [www.alergsova.pl](http://www.alergsova.pl)

★ [mgruszczynska@alergsova.pl](mailto:mgruszczynska@alergsova.pl)



## DERMASOVA to bielizna nocna, która wspomaga leczenie chorej skóry



Produkty DERMASOVA wspomagają walkę z alergią, w szczególności z atopowym zapaleniem skóry (AZS). Mogą także pomóc dzieciom uczulonym na roztocza, czy chorującym na inne choroby skóry.

Evolon®, z którego uszyte jest linia produktów DERMASOVA, ma właściwości antyroztoczowe, a także antybakteryjne i zapobiegające rozwojowi grzybów ze względu na istnienie włókien srebra w materiale.

Z badań naukowych wynika, że profilaktyka antyroztoczowa oraz antybakteryjna dla skóry atopowej jest niezbędna, w celu wykluczenia nadkażenia m.in. bakteryjnego, które jest częste przy atopowym zapaleniu skóry (AZS). Dodatkowo, jest miła i miękka w dotyku oraz nie powoduje podrażnień.



**Zapewniamy bezpieczeństwo skórze śpiącego Alergika!**

★ [www.dermasova.pl](http://www.dermasova.pl)

★ [justynamroczekzal@dermasova.pl](mailto:justynamroczekzal@dermasova.pl)