Sabine Mix, Steffi Stork

Anna erzählt vom Rheuma

Unser besonderer Dank gilt

Alexandra, Eileen, Jan, Joy, Julia, Julian, Katrin, Marie Christine, Markus, Michelle, Patrick, Rebecca, Ronja und Saskia für ihre Bereitschaft, von ihren Erfahrungen zu erzählen.

Sabine Mix, Steffi Stork

Anna erzählt vom Rheuma

Illustrationen von Janine Schulz

Das Gesundheitsforum

Schulz-Kirchner Verlag

Bibliografische Information Der Deutschen Bibliothek

Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über http://dnb.ddb.de abrufbar.

Besuchen Sie uns im Internet: www.schulz-kirchner.de

1. Auflage 2006
ISBN 978-3-8248-0352-1
Alle Rechte vorbehalten
© Schulz-Kirchner Verlag GmbH, Idstein 2006
Lektorat: Doris Zimmermann
Illustrationen: Janine Schulz
Druck und Bindung: wd print + medien GmbH & Co. KG, Wetzlar
Printed in Germany

Hallo, ich heiße Anna. Ich bin acht Jahre alt. Seit zwei Jahren habe ich Rheuma. Ich hab' das Rheuma an den Handgelenken, an den Fingern und am Knie. Viele Sachen sind anders seitdem, und oft bin ich traurig und wütend deswegen.
Aber ich hab' gelernt, wie ich Sachen, die mir wichtig sind, auch mit Rheuma machen kann. Und dabei pass' ich auf meine Gelenke auf.
Wie ich das zu Hause, in der Schule und beim Spielen hinbekomme, habe ich in der Ergotherapie gelernt. Meine Ergotherapeutin Pia hat mich gefragt, was mir durch das Rheuma schwerfällt und was ich gerne besser können würde. Wir haben ganz viel zusammen ausprobiert und ich hatte dann auch ganz viele eigene Ideen dazu.

Wie das geht und was ich sonst noch so erlebe, erfährst Du, wenn Du weiterliest. Ach ja, zu meiner Familie gehören Mama und Papa, mein älterer Bruder Tom und – ganz wichtig – mein Kaninchen Anton.





Wenn ich morgens aufstehe, bin ich manchmal ganz steif und kann mich gar nicht gut bewegen. Kennst Du das auch? Dann hilft es mir, morgens schön warm zu baden. Oder ich mache ein bisschen Gymnastik. Mama und Tom machen auch manchmal mit.

Treppen können mit Rheuma ganz schön schwierig sein. Vor allem, wenn das Kinderzimmer im ersten Stock ist. Aber da hatte ich eine tolle Idee. Wenn meine Gelenke wehtun, rutsche ich die Treppen jetzt auf dem Po herunter. Hoch krabbel' ich sie dann auf allen vieren.





Als es anfing mit dem Rheuma, hat das Schuhe anziehen überhaupt nicht geklappt. Ich konnte nicht mal den Schuhlöffel halten. Dann habe ich mir Schuhe mit Klettverschluss ausgesucht. Das klappt besser. Für meine Lieblingsschuhe hat Mama Gummischnürsenkel gekauft. Die sind total cool. Jetzt kann ich die Schuhe an- und ausziehen, ohne die Schnürsenkel aufzumachen.