

Můj manžel je více než tři roky vážně nemocen, trpí amyotrofickou laterální sklerózou (ALS). Od samého počátku jsme si uvědomovali, že je pro něj velice důležitá správná rehabilitace. Dokud mohl chodit, docházeli jsme cvičit podle možnosti do různých rehabilitačních center. Prakticky všude nám pomohli, ale bohužel se nemoc neustále zhoršovala. Po čase byl už manžel upoután na invalidní vozík. Protože stále ještě vědecky pracuje (je fyzik), dovážela jsem ho jak do Fyzikálního ústavu, tak i na rehabilitaci. Od začátku tohoto roku 2009 je převážně upoután na lůžko, pracuje již doma – na počítači. ALS postihuje neurony, které přenášejí informaci z mozku ke svalům, takže svaly se stávají nefunkčními. Manžel velmi špatně pohybuje horními i dolními končetinami a proto nemůže ovládat klávesnici počítače. Máme od firmy I4control zakoupený speciální systém s infračervenou kamerou, kterou má manžel na brýlích. Pomocí pohybu očí může pohybovat kurzorem na obrazovce počítače, mrknutím nahrazuje klik a delším mrknutím dvojklik. Takže díky tomuto zařízení může dál pokračovat ve své vědecké práci. Pokud něco potřebuje napsat, diktuje mi.

Protože již nebylo možné docházet ani dojíždět na rehabilitaci, hledali jsme možnost cvičení v domácím prostředí.

Od velmi dobrých známých jsme získali kontakt na rehabilitační sestřičku v nemocnici v Motole a ta nás odkázala na slečnu Moniku Kohoutovou. Velmi snadno jsme se domluvili a naše zlatá sestřička Monika od té doby k nám už víc než půl roku dochází a s manželem pravidelně hodinu týdně (někdy i víc) cvičí. Je velmi milá a trpělivá. Cvičení manželovi opravdu prospívá, zvýšila se mu pohyblivost končetin, procvičují také hlavně správné dýchání. Pravidelně mu i promasíruje záda, hlavně krční partie. Mívá každé cvičení pečlivě rozmyšlené a připravené, manžela překvapuje nejrůznějšími pomůckami a novými cviky. Pro mě je to také velmi přínosné, ukazuje mi, které cviky je třeba denně provádět. Musíme oba přiznat, že se na její návštěvy vždycky těšíme. Pomáhá nám to hlavně i psychicky. Ona je totiž takové naše sluníčko a je velice dobrý psycholog. Nejsme na boj s tou strašnou ALS sami. Můžeme naši zlatou sestřičku Moniku každému doporučit.

Lenka a Václav Novákovi