

AKTUALNO (HTTPS://PROMISE.HR/CATEGORY/ZDVOUJENO) govori? EPPO im ozbiljno istuže Eferu na dječama? (https://promise.hr/)

Promise.hr

UDRUGE ZA MEDIJSKO PROMICANJE ISTINE

(https://promise.hr/)



DIJABETES I SPORT (1): PRIČA O LUCIJANU ŠALECU, SVESTRANOM SPORTAŠU NA INZULINU

'Rocky' s inzulinskom pumpom živi za nogomet, najveći je trkač gdje god igrao, uzor mu je Modrić (https://promise.hr/rocky-s-inzulinskom-pumpom-zivi-za-nogomet-najveci-je-trkac-gdje-god-igrao-uzor-mu-je-modric/)

ZAGREB (HTTPS://PROMISE.HR/CATEGORY/ZAGREB/) 21. kolovoza 2023. | Promise.hr ()

Like Share Be the first of your friends to like this.

Twitter (https://twitter.com/share?url=https://promise.hr/rocky-s-inzulinskom-pump-modric/&text=%E2%80%98Rocky%E2%80%99%20s%20inzulinskom%20pumpom%20zivi%20za%20nogomet%20najveci%20je%20trkac%20gdje%20god%20igrao%20uzor%20mu%20je%20modric/) Email Print

Još u vrtičkoj dobi počeo je trenirati hrvanje, ali kad je imao pet godina, nekako u isto vrijeme u kojem mu se razbolio i umro mladi otac, Lucijan je dobio dijabetes. Zbog preteške emotivne situacije, njegov je šećer bilo teško regulirati te je mijenjao terapije, ali nipošto nije želio odustati od sporta. Danas Lucijan ima 14 godina i osim što je izvrstan učenik, izrastao je u izvrsnog atleta. Poslije hrvanja trenirao je i odbojku, osvaja medalje i u sportskom ribolovu, ali najveća strast mu je nogomet i svi njegovi snovi usmjereni su da jednog dana postane vrhunski nogometaš

Piše: Dražen Boroš

(http://promise.hr/wp-content/uploads/2023/08/lucian-dinamo-glavna-1.jpg)U pola šest ujutro na ulicama Dinamovog pešćeničkog kvarta Ferenščice možete susresti samo nekolicinu nestrpljivih u „Vekerići“, koja prva otvara svoja vrata, da ispijaju prvu kavu, češće konjak. Samo lokalne kroničare i jednog malog čovječuljka, ovisnika o nogometu. To je moj susjed Lucijan Šalec. Nema toga jutra posljednjih nekoliko godina, nema te kiše ni snijega, a da Lucijan ne pozdravi novi dan redovitom porcijom trčanja. Uvijek pet kilometara. Nekad asfaltom, nekad na školskom igralištu, pa niže krugove i uvjeren je da je sa svakim idućim krugom bliže ostvarenju svojih snova. Uzor i inspiracija mu je Luka Modrić. No, Lucijan osim dječjačkih snova i već zrele ambicije ima od pete godine života i – dijabetes tip jedan. Što znači da je ovisan o inzulinu.



Svestrano je talentiran za mnoge sportove, još u vrtičkoj dobi, sa četiri godine, počeo je trenirati hrvanje, ali kad je imao pet godina, nekako u isto vrijeme u kojem mu se razbolio i umro mladi otac, Lucijan je dobio dijabetes. Zbog preteške emotivne situacije kod kuće njegov je šećer bilo teško regulirati te je mijenjao terapije, ali nipošto nije želio odustati od sporta. Danas Lucijan ima 14 godina i osim što je izvrstan učenik, izrastao je u izvrsnog atleta, poslije hrvanja trenirao je i odbojku, osvaja medalje i u sportskom ribolovu, ali najveća strast mu je nogomet i svi njegovi snovi usmjereni su da jednog dana postane vrhunski nogometaš.

Lucijanova priča i neodustajanje od pokušaja da ostvari svoje snove, nadahnula me da Agenciji za elektroničke medije prijavim projekt na temu „Dijabetes je moj saveznik“. Cilj mi je osvjestiti da dijabetes nije prepreka vrhunskom sportu, te da sportski kolektivi, klubovi i udruge trebaju dati jednaku priliku djeci s dijabetesom da se bave sportom, da treba ohrabriti i poticati roditelje, trenere, profesore da budu euđcirani te da omoguću djeci da u kontroliranim uvjetima pokušaju ostvariti svoje ambicije. Potvrda teze da dijabetes može i treba biti saveznik, a ne prepreka, cijeli je niz svjetskih i olimpijskih prvaka širom svijeta, ali i iz Hrvatske, koji se jednako uspješno nose s izazovima dijabetesa i sportskim suparnicima.

Tjelesna aktivnost blagodat je za sve osobe s dijabetesom, a za djecu zapravo i posebno dobrodošla, jer sport, a osobito pripadnost nekom klubu, odnosno skupini vršnjaka, može biti prava utvrda za podizanje samopouzdanja, samopotvrđivanja, osamostaljivanja, stjecanja osjećaja ravnopravnosti i u konačnici vrelo životne radosti.

Pumpa - najbolja prijateljica

Luciana interno zovem Rocky, jer takvu predanost i disciplinu gledao sam samo na filmu. Naravno, i Lucijan je odgledao Rockyja više puta. Neki dan je gledao švedski film „Ja sam Zlatan“, a upravo dovršava Ibrahimovićeve autobiografsku knjigu. Već dugo mu je obilježje i jedna od Zlatanovih frizura, čvrsto zategnuti visoki rep.

Zlatanovo odrastanje kao migranta u Švedskoj bilo je teško i komplicirano. Podjednako je komplicirano, ali na drukčiji način i Lucijanovo odrastanje. Njegova je najbolje „prijateljica“ već godinama inzulinska pumpa koju nosi 24 sata dnevno, i kad spava. Skida ju samo dok trenira i igra utakmice. Ne tako davno pumpe su bile puno lošije od ove koju ima posljednje dvije godine. Prava tehnološka senzacija i pravo olakšanje za dijabetičare.

„Tehnologija nam posljednjih godina jako pomaže, Lucian uz pumpu na sebi ima senzor koji u realnom vremenu neprestano očitava vrijednosti šećera u krvi, pa se te vrijednosti automatski šalju svaku minutu na mobitel, i Lucian i ja imamo aplikacije na našim telefonima na kojima se očitavaju njegove vrijednosti šećera. Prednost pumpe koju Lucian nosi je da ona može predvidjeti, obzirom da povlači mjerenja sa senzora, kad će moj sin ući u nizak ili u visok šećer, i čim se šećer naglo diže ili spušta, javlja nam se na mobitelima alarm. Kad se oglasi alarm, onda se po potrebi reagira. Evo, upravo sad dok razgovaramo, oglasio se alarm, pokazao je da je Lucian ušao u visoki šećer, pa pretpostavljam da ili je nešto

pojeo, ili si nije aplicirao dovoljno inzulina, ili je blokirao pumpu. Ne u smislu da je zaustavio inzulini, nego ju je skinuo sa sebe jer igra nogomet“, govori nam Lucijanova majka Irena Šalec Orač, diplomirana biologinja i magistra eko inženjerstva. Ironijom sudbine njezin diplomski rad bio je upravo na temu dijabetesa, pa je dobro „naoružana“ te godinama podučava i svoga sina.

Pretpostavili smo da je Lucijanu i svim drugim Lucijanima čudesna pumpa bila dostupna preko Hrvatskog zavoda za zdravstveno osiguranje. (<http://promise.hr/wp->



[content/uploads/2023/08/lucian-dijabetes-.jpg\)](#)

„Ma kakvi! Pumpu nisam dobila preko HZZO-a. Za nju sam prije dvije godine podigla kredit, platila sam ju 35.000 kuna. Prije je imao stari model pumpe, koja je bila dostupna preko HZZO-a, ali nije imala tehnoloških mogućnosti da povlači mjerenja šećera sa senzora i da sama daje inzulini, da radi korekcije u reguliranju šećera. Za razliku od sadašnje pumpe koja sama pegla visoki šećer i sama se zaustavlja kad je šećer nizak, dakle automatski isključuje dotok inzulina, što prevenira da Lucijan padne u hipoglikemiju. I ima alarm! S obzirom na njegov način života, da je stalno u pokretu, da je u treningu ili utakmicama sedam dana u tjednu, to je investicija na koju sam se odlučila radi njegova zdravlja i da mu olakšam cijeli proces regulacije šećera. Danas su i ove čudesne pumpe dostupne preko HZZO-a, ali ne u punom iznosu, treba nadoplatiti 10.000 kuna. Životni vijek pumpe je, kažu, oko sedam godina, a onda je treba mijenjati“, kaže Irena Šalec Orač.

Smatra, jasno, da bi pumpe trebale biti dostupne besplatno. Baš kao i lijek Baqsimi, glukagon u spreju koji, kaže, spašava život.

„U slučaju teške hipoglikemije, Baqsimi se aplicira kroz nosnice, poput spreja za nos, može ga aplicirati i laik, te osoba dolazi k sebi. Dosadašnji se glukagon injektirao, sastojao se od šprice s iglom i dvije bočice, u jednoj je prašak, u drugoj tekućina, pa ti moraš špricom izvući prašak, pa tekućinu, pa promućkati, pa tek tada dati injekciju u debelo meso. Ne znam ni jednog trenera ili učitelja, a koji se prije nije susreo s tim, da bi mogao u stanju panike brzo reagirati pokraj djeteta bez svijesti. Ali, eto, netko je odlučio da djeci iznad 15 godina glukagon u spreju nije dostupan. Točnije, nemaju pravo na njega nego će ga moći kupiti za 50 eura. A baš mu je u tinejdžerskim godinama glukagon sprej najpotrebniji. Lucian je ušao u pubertet, u intenzivnom je naporu, a zbog sporta te zbog hormona rasta i razvoja, šećeri se mijenjaju,

variraju, ali glukagon će mu biti dostupan samo ako ga plati", kaže mama Irena, koja je aktivna u Klubu roditelja djece s dijabetesom. Pisali su peticije HZZO-u, a angažirala se i pravobraniteljica za djecu s javnim pitanjem „tko je to odredio da dijete s dijabetesom nije više dijete nakon što napuni 15 godina“.

Škola i dijabetes su prioriteti

Pitam samohranu mamu Irenu, koja osim Luciana ima i tri godina mlađeg sina Viga, kako balansira između brige o sinu s dijabetesom i podrške njegovim nogometnim ambicijama?

„Iskreno, teško. Škola i dijabetes su prioritet, jer ako dijabetes nije reguliran, Lucian ne može igrati nogomet. I on to jako dobro zna. Svjestan je da mu dijabetes ne smije biti neprijatelj nego saveznik. On uopće ne doživljava svoj zdravstveni problem kao hendikep. Jednom sam ga upitala je li mu teško što ima dijabetes, osjeća li se zbog toga drukčijim od druge djece, a on mi je rekao: 'Ne! Meni je okej da sam drugačiji od drugih.' Nikad nije bio frustriran, ni rezigniran niti ljutit zato što ima dijabetes.“

Educirati, educirati, educirati

Umnogome je za to osim Lucijanova karaktera zaslužna njegova majka jer je od nultog dana kad je obolio kao petogodišnjak razgovarala i radila s njim i educirala ga postupno na način da dijabetes nije mana, nego prednost, jer ga dijabetes uči odgovornosti i prema sebi i prema drugima, uči ga samokontroli i samozbrinjavanju.



(<http://promise.hr/wp-content/uploads/2023/08/lucian-s-ribama.jpg>)No, ipak priznaje da to nisu ni jednostavni ni laki zahtjevi za dijete kojem dijabetes krade opušteno djetinjstvo.

„Je, istina, ali toga sam svjesna ja i vi, on toga nije svjestan, jer on je u svojoj 'zašećerenoj' koži praktički otkako zna za sebe, on ne zna za drukčije režime. Osim toga, nikad mu se njegov poremećaj nije predstavljao kao da je on sad jadnan, bolestan, te mora nositi mjerače sa sobom... Nikad ni njemu nisam dozvolila da bi se on sam tako postavio prema svom stanju. Baš suprotno, on će zbog dijabetesa i zbog predrasuda koje možda osjeti u svojem sportskom okruženju, dati još više od sebe nego druga djeca.“

Lucian je vrlo rano postao samostalan u samozbrinjavanju i zbog situacije s ocem koji je preminuo kad je Lucian imao samo pet godina, i zbog toga što ga je majka htjela čim prije i čim više osposobiti da ne bi osjećao hendikep u odnosu na druge.

„U našem domu ne postoji riječ zabrana. Nije dolazilo u obzir da nešto ne smije jesti, da nekamo ne smije ići ili da mu se nešto brani. Sad kad je već pomalo odrastao, trudim se da ne budem više stalna sjena nad njim, da mu ne uzimam samostalnost.“

Svakodnevni je izazov pripremiti Luciana inzulinski i prehranom adekvatno za napor koji ga očekuje, a da pruži maksimalan rezultat. Prije svakoga treninga podižu njegovu inzulinsku pumpu na privremene povišene vrijednosti. To znači da mu pumpa isporučuje manje inzulina s namjerom da ga se dovede u blago povišen šećer, jer će aktivnošću blago povišeni šećer svesti na normalu. Zato prije treninga pojede obrok primjeren treningu, najčešće bananu ili nešto glikemijski prihvatljivo, a drži ga optimalno kroz trening. Tako se tempira da dok dođe na teren inzulin počne djelovati. Prije svakog treninga ili utakmice skida pumpu, ima u sebi aktivnog inzulina koji si je isporučio i koji je dostatan da ga pokrije da ne ode sa šećerom u nebesa, a da ima dovoljno energije i ne padne u hipoglikemiju.

Suigrači kao saveznici

„Svi su Lucijanovi treneri dosad bili upoznati s njegovim dijabetesom, obavezno sam razgovarala s njima kada bi došao u novu sportsku sredinu i uvijek bih im odnijela priručnik: Sport i dijabetes da se primjerenom educiraju. Priručnik je baš napravljen za mlade sportaše s dijabetesom i za trenere, s osnovnim uputama kako postupati u određenim situacijama, ako je šećer nizak, ako je visok, što ako primijete znakove hipo ili hiperglikemije da znaju reagirati“, kaže mama Irena te negira da je ikad kod nekog Lucijanovog trenera primijetila skepsu s obzirom na njegov poremećaj:

„Dosad je promijenio priličan broj trenera i u Dinamu i u NK 9, sad je u HAŠK-u, prije je hrvao, ni jedan se trener nije izmaknuo. Dapače, bili su iznimno otvoreni za suradnju i za dodatni angažman u smislu da ne moram putovati s Lucijanom na sve turnire i dežurati po noći, da će oni preuzeti tu brigu. Možda postoji kod njih u startu malo straha, ali to rješavamo edukacijom. Dojmljivo mi je bilo, kad je Luc prešao iz Dinama u NK 9 – uvijek bez daljnjeg svi klinci u klubu moraju znati da je on dijabetičar – jednom prilikom sam njegove glukozne bombone zaboravila u autu, odjednom se oko njega stvorila hrpa malih suigrača s bombonima. Svi su ih kupili da imaju za njega. Djeca su ga svugdje jako dobro prihvatila, zanima ih sve oko njega i dijabetesa, cijelog ga pregledaju, pumpu, aplikacije, sve im on objasni i ne doživljavaju ga drukčijim zbog toga.“

Pitam mamu Irenu bi li i što moglo otići u krivo dok je Lucian izložen tjelesnom naporu?

„Loša regulacija. Kriva procjena, događa se. Nije da nije pao u hipoglikemiju tijekom treninga, jer se krivo procijenio napor, ili on nije pojeo dovoljno jer mu se žurilo. Kad na terenu osjeti slabost, dogovor je da dignu ruku i izađe van i uzme brzi šećer, izmjeri šećer i kad se stabilizira vraća se na teren.“ (<http://promise.hr/wp-content/uploads/2023/08/LUCIAN-U-POKRETU.jpg>)

Je li Lucian kao mladi sportaš s dijabetesom tipa 1 dodatno izložen nekom riziku jer se intenzivno bavi sportom? Majka misli da nije. Dapače:

„Poznato je da je sport saveznik šećeru i u principu potiče se djecu sa dijabetesom da se aktivno bave sportom jer sport pridonosi dobroj regulaciji šećera. Lucian je educiran o svemu, pa i o pravilnoj prehrani, sve je to morao svladati i naučiti jako rano, to je njegova škola za život. On odavno već zna izračunati koliko ugljikohidrata ima pojedina namirnica, dakle koliko ugljikohidrata treba 'reći' pumpi i onda pumpa sama izračuna koliko mu mora dati inzulina da pokrije ugljikohidrate koje će unijeti. Bitno je dakle da pokriva na vrijeme ugljikohidrate koje unosi da bi ostao u normalnom glikemijskom rasponu.“



Mama Irena kaže da se Lucian nikada nije izvlačio na dijabetes.

„Iako ima pravo na individualizirani pristup nastavi, gdje mu se omogućava da ne mora pisati testove u hipoglikemiji i hiperglikemiji, on je znao pisati testove u teškim hipo ili hiper stanjima. On nespecifično reagira na stres, svim dijabetičarima u stresu šećer raste, a mom sinu pada. Recimo prije ulaska u ring na hrvatskim natjecanjima, ubacivala sam u njega bombone kao u bankomat, a šećer je samo padao, onog trena kad je izašao iz ringa, poslije borbe, šećer je počeo rasti.“

Uskoro će se prvi puta suočiti s time da je sin više dana odvojen od nje. Naime, u rujnu odlazi na maturalicu u Dubrovnik na četiri dana sa svojim osmim razredom. Posljednje dvije godine pratila ga je na višednevno natjecanje u Poljsku, gdje se DiaEuro momčad Hrvatske natjecala na kontinentalnom turniru u futsalu za dijabetičare. Lani se sa svojim vršnjacima Lucian vratio sa srebrnom, a ovog ljeta sa zlatnom medaljom.

„Iskreno, mislila sam da ću biti zabrinutija zbog njegova odlaska na maturalicu. Ali, znam da zna dovoljno da se ne dovode u rizičnu situaciju. Osim toga, on je puno odgovorniji kad mene nema iza njega, dobro reagira i dobro upravlja sa svime. Znam da adolescencija nosi nove izazove, možda neko pivo... Razgovarali smo i o tome. Imao je priliku na turnirima družiti se i s juniorima i sa seniorima i prva je stvar koju dečki pitaju kako alkohol utječe na šećer i kaj da rade i kako da to preveniraju. Mi roditelji djece dijabetičara i o tome raspravljamo. Cilj je samo da jedu ako piju, jer alkohol osim što u jednom trenu naglo diže, tako u drugom trenu i naglo obara šećer.“

Svjesna sam da djecu te dobi svašta zanima, ali i toga da Luciana alkohol uopće ne privlači. To je jedna od stvari koja bi ga mogla usporiti i degradirati i to njemu nije opcija. Nitko od nas ne može znati hoće li on biti vrhunski nogometaš, ali ono u što sam sigurna da će on na bilo koji način ostati u sportu jer je sport utkan u njega i živi ga svaki dan.“

Lucijanov je san, kao i svakog dječaka koji je odrastao u Zagrebu i zaljubljen je u nogomet, braniti boje Dinama. Djeluje vrlo skromno i samozatajno, ali i vrlo odlučno. Oduvijek je na pitanje koju će školu i zanimanje odabrati odgovarao da će on igrati nogomet. Majka je stup razuma i ona kaže da je škola na prvom mjestu. I on je toga svjestan. Odličan je učenik, prirodni predmeti su mu jača strana, matematika osobito. Nije samo aktivan s loptom, on je strahovito aktivan i u školi, nema natjecanja koje je njega zaobišlo. Išao je i na natjecanja iz tehničkoga, iz engleskoga, iz prirode, išao je i s prometnom jedinicom na natjecanje, učio je prometne znakove, pravila i propise, i to mu dobro dođe jer vozi bicikl i romobil. Njega sve zanima, pogotovo natjecateljski dio. Recimo, na školskom natjecanju u izražajnom čitanju

pobijedio je svojom interpretacijom. Svoju je sobu uređio poput trim kabineta, s različitim spravicama i sportskim pomagalicama, i ima sedam različitih lopti. I dok šeće svoju Lili po kvartu, ona ide ispred, a on iza nje hoda i tehnicira loptom, lijeva, desna...

Uz djeda, vrsnog sportskog ribolovca, zavolio je i ribolov i ovog je ljeta postao **kadetski prvak Zagreba u lovu ribe udicom na plovak**. Na temelju toga je kategoriziran kao sportaš četvrte kategorije što će mu donijeti određeni broj bodova za upis u sportsku gimnaziju. Lucian si je već prije dvije godine zacrtao sportsku gimnaziju kao jedinu opciju, na internetu je proučio koliko mu bodova iz kojih predmeta treba, koji su uvjeti.

„Volio bih jako da imam podršku za sport u srednjoj školi i zato želim ići u sportsku gimnaziju, jer ima najbolji program za učenike koji se misle profesionalno baviti sportom“, ozbiljno kaže Lucian, i da ne gledate njegovo lice milog djeteta, mislili biste da razgovarate s nekoliko godina starijim mladićem. Šećer mu je ubrzao odrastanje, donio raniju zrelost. Kad ga pitate kako uspijeva biti aktivan i uspješan na toliko strana i istodobno se nositi s dijabetesom, on odgovara sa tri riječi:

„Trud, rad i disciplina!“

Pitam ga je li ljutit na dijabetes što ga gnjavi, a on ima velike sportske planove.

„Nisam ljutit, to se nije moglo predvidjeti. Nastojim od dijabetesa napraviti svog prijatelja i saveznik, a ne neprijatelja, a to ovisi o tome kako se borimo i ponašamo s dijabetesom. Ako se kontroliram, ako pazimo na sebe, dijabetes će biti naš prijatelj i pomoći će nam. Ako ne vodiš računa o njemu, postaješ i na terenu sve lošiji i lošiji. Dijabetes me naučio disciplini, svaki dan si moraš provjeravati šećer, odazivati se na svaki alarm, paziti na prehranu i onda ti to postane navika i s tom disciplinom, s kojom kontroliraš dijabetes, pristupaš i drugim obavezama i sve je lakše.“

Osim što pažljivo prati svoje vrijednosti šećera, gleda birane utakmice i prati nekolicinu igrača koji igraju na njegovoj poziciji lijevog bočnog, a to su uglavnom maratonci koji mogu trčati gore dolje cijelu utakmicu. Kao i Lucian, najveći trkač u svakoj momčadi u kojoj je igrao.

„Posebno pratim Mišića iz Dinama i Robertsona iz Liverpoola, on me impresionira. Njegova izdržljivost, agilnost, brzina, brzo mijenjanje smjera kretanja. Mislim da nitko nema urođenu takvu agilnost, da se mora trenirati za to. Zato je radim i individualno, sam, na igralištu s loptom ili u trim parku nadomak svoje zgrade. Nešto pokupim s youtubea, nešto s klupskih treninga, pazim da ne pretjerujem da ne budem preumoran za trening ili utakmicu. Osim toga u bilježnice zapisujem sve što analiziram, slušam stručne komentare, a tamo gdje ih nema sam zaključujem.“

Lucian je svjestan svojih nogometnih vrlina i ponosi se kad ih ističe:

„Dobro igram s obje noge, iako sam prirodno dešnjak, dominantnija noga mi je u ovom trenutku lijeva. To sam postigao s puno forsiranja slabije noge, vježbanjem udaraca, pasova, primanja. Mogao bih reći da sam vrlo vješt u svemu što nogomet zahtjeva. Brzina, dribling, šut, pregled igre, skeniranje igre, pogledati prvo teren pa onda dodati, asistencija, nisam sebičan, usudim se igrati glavom, bez obzira na svoju visinu nikad se ne povlačim iz duela s glavom. Ali, tek sam počeo rasti, mislim da ću biti visok barem 180 cm kao moj tata.“

Tvoja mama mi je rekla da možeš puno trpjeti?

„Da, istina.“

Je li to dobro?

„Ovisi, kako kada. Nekad je loše, jer se previše iscrpim, šećer mi bude ili jako nizak ili jako visok.“

Kako se osjećaš kad ti je šećer jako nizak?

„Onako, malo slabije, gladan sam, tresem se.“

A kad je visok?

„Onda sam jako žedan i ne mogu toliko puno trčati kao inače.“

Ne traži popust zbog dijabetesa

U nogometu živi za svoje utakmice, ne može ih dočekati.

„Nekad sam imao tremu prije utakmice, bio sam dosta nesiguran, mislio sam da je netko drugi bolji, da ne mogu predriblati igrača, zabiti gol, ali s vremenom sam se riješio tog manjka samopouzdanja. Shvatio sam da što sam utreniraniji da sam i mentalno jači i da mi je tada lakše na terenu.“

Kaže da se ne smatra hendikepiranim zbog dijabetesa, niti ima bilo kakav popust zbog toga na nogometnom terenu, niti bi ga htio imati. Ima i najdraži gol u svojoj dječjačkoj karijeri.

„Zabio sam ga pod prečku sa 40 metara dok sam igrao za NK 9 protiv Karlovca. Lopta je doskakutala do mene, malo sam prešao centar, u prvom trenu sam mislio dodati suigraču, ali onda sam pogledao prema голу i opalio. Kakav gol! Svi su mi se strčali u zagrljaj.“

I tako, puno je zagrljaja u Lucijanovom životu, osim mame, brata Vige, bake i djeda, Lucijan najzaljubljenije grli loptu. A Lucijana pak grli šećer, ali on već toliko samostalan i suvereno upravlja svojim dijabetesom i prehranom da mu se i majka napokon smije malo opustiti. Lucian je izrastao u

mladu, zdravu osobu sa, kažu psiholozi, jako dobrim obranama u raznim stresnim situacijama. Što mu pomaže i u sportu, a dobro će mu doći i na skorom maturalcu, gdje možda padne i prvi poljubac. Slatki, naravno!

Tekst je dio projekta 'Dijabetes je moj saveznik'; objavljen je uz financijsku potporu Agencije za elektroničke medije iz programa 'poticanja novinarske izvrsnosti'

0 comments

Sort by Oldest

Add a comment...


Facebook Comments Plugin

0 comments

Sort by



Add a comment...

-  vrhunski sport [1](https://promise.hr/tag/vrhunski-sport/) (<https://promise.hr/tag/vrhunski-sport/>)
- [a ne prepreka](https://promise.hr/tag/a-ne-prepreka/) [1](https://promise.hr/tag/a-ne-prepreka/) (<https://promise.hr/tag/a-ne-prepreka/>)
- [Ibrahimović](https://promise.hr/tag/ibrahimovic/) [1](https://promise.hr/tag/ibrahimovic/) (<https://promise.hr/tag/ibrahimovic/>)
- [inzulin](https://promise.hr/tag/inzulin/) [2](https://promise.hr/tag/inzulin/) (<https://promise.hr/tag/inzulin/>)
- [pumpa](https://promise.hr/tag/pumpa/) [1](https://promise.hr/tag/pumpa/) (<https://promise.hr/tag/pumpa/>)
- [Lucian Šalec](https://promise.hr/tag/lucian-salec/) [1](https://promise.hr/tag/lucian-salec/) (<https://promise.hr/tag/lucian-salec/>)
- [uzor mu je Luka Modrić](https://promise.hr/tag/uzor-mu-je-luka-modric/) [1](https://promise.hr/tag/uzor-mu-je-luka-modric/) (<https://promise.hr/tag/uzor-mu-je-luka-modric/>)
- [teška emotivna situacija](https://promise.hr/tag/teska-emosivna-situacija/) [1](https://promise.hr/tag/teska-emosivna-situacija/) (<https://promise.hr/tag/teska-emosivna-situacija/>)
- [sportski ribolov](https://promise.hr/tag/sportski-ribolov/) [1](https://promise.hr/tag/sportski-ribolov/) (<https://promise.hr/tag/sportski-ribolov/>)
- [medalja](https://promise.hr/tag/medalja/) [1](https://promise.hr/tag/medalja/) (<https://promise.hr/tag/medalja/>)
- [Rocky](https://promise.hr/tag/rocky/) [2](https://promise.hr/tag/rocky/) (<https://promise.hr/tag/rocky/>)
- [Agencija za elektroničke medije](https://promise.hr/tag/agencija-za-elektronicke-medije/) [5](https://promise.hr/tag/agencija-za-elektronicke-medije/) (<https://promise.hr/tag/agencija-za-elektronicke-medije/>)
- [dijabetes](https://promise.hr/tag/dijabetes/) [4](https://promise.hr/tag/dijabetes/) (<https://promise.hr/tag/dijabetes/>)
- [saveznik](https://promise.hr/tag/saveznik/) [2](https://promise.hr/tag/saveznik/) (<https://promise.hr/tag/saveznik/>)
- [nogomet](https://promise.hr/tag/nogomet/) [11](https://promise.hr/tag/nogomet/) (<https://promise.hr/tag/nogomet/>)

NAJNOVIJE



"Jakuševac je tempirana bomba koja može uništiti trećinu grada! Dosta je kretenskog prikrivanja" (<https://promise.hr/jakusevac-je-tempirana-bomba-koja-moze-unistiti-trecinu-grada-dosta-je-kretenskog-prikrivanja/>)

<https://promise.hr/jakusevac->



Susret studenata iz iseljeničtva upisanih putem posebne upisne kvote (<https://promise.hr/povezivanje-s-domovinom-susret-studenata-iz-iseljenictva-upisanih-putem-posebne-upisne-kvote/>)

<https://promise.hr/povezivanje->



ADVENT NA GAJEVOM: Predstave za djecu, božićni sajam, projekcije filmova, ples, poezija... (<https://promise.hr/advent-u-gajevom-predstave-za-djecu-bozicni-sajam-projekcije-filmova-ples-poezija/>)

<https://promise.hr/advent->



Uručene Baščovjek nagrade; 'Dom nade', o kojem smo pisali, i dalje hrabri beskućnike (<https://promise.hr/urucene-bascovjek-nagrade-dom-nade-o-kojem-smo-pisali-i-dalje-prima-beskucnike/>)

<https://promise.hr/urucene->



Poglavica iz Kameruna u borbi protiv degradacije sportaša na inzulinu (<https://promise.hr/poglavica-iz-kameruna-u-borbi-protiv-degradacije-sportasa-na-inzulinu/>)

NAJČITANIJE



"Jakuševac je tempirana bomba koja može uništiti trećinu grada! Dosta je kretenskog prikrivanja"



Susjedi hrabre psihologinje zgroženi osvetom vladajućih: 'Sram ih može biti! Podrška našoj susjedi...'



Uručene Baščovjek nagrade; 'Dom nade', o kojem smo pisali, i dalje hrabri beskućnike



Prečko već dva mjeseca bez pedijatra, nitko se ne javlja na natječaj



SUZE BESKUĆNIKA IVE razotkrile istinu o silnoj bijedi koja se valja Hrvatskom

© Promise.hr

[Naslovnica \(https://promise.hr/\)](https://promise.hr/) • [O nama \(https://promise.hr/o-nama/\)](https://promise.hr/o-nama/) • [Impressum \(https://promise.hr/impressum/\)](https://promise.hr/impressum/) • [Uvjeti korištenja \(https://promise.hr/uvjeti-koristenja/\)](https://promise.hr/uvjeti-koristenja/) • [f \(https://www.facebook.com/portal.promise\)](https://www.facebook.com/portal.promise/)