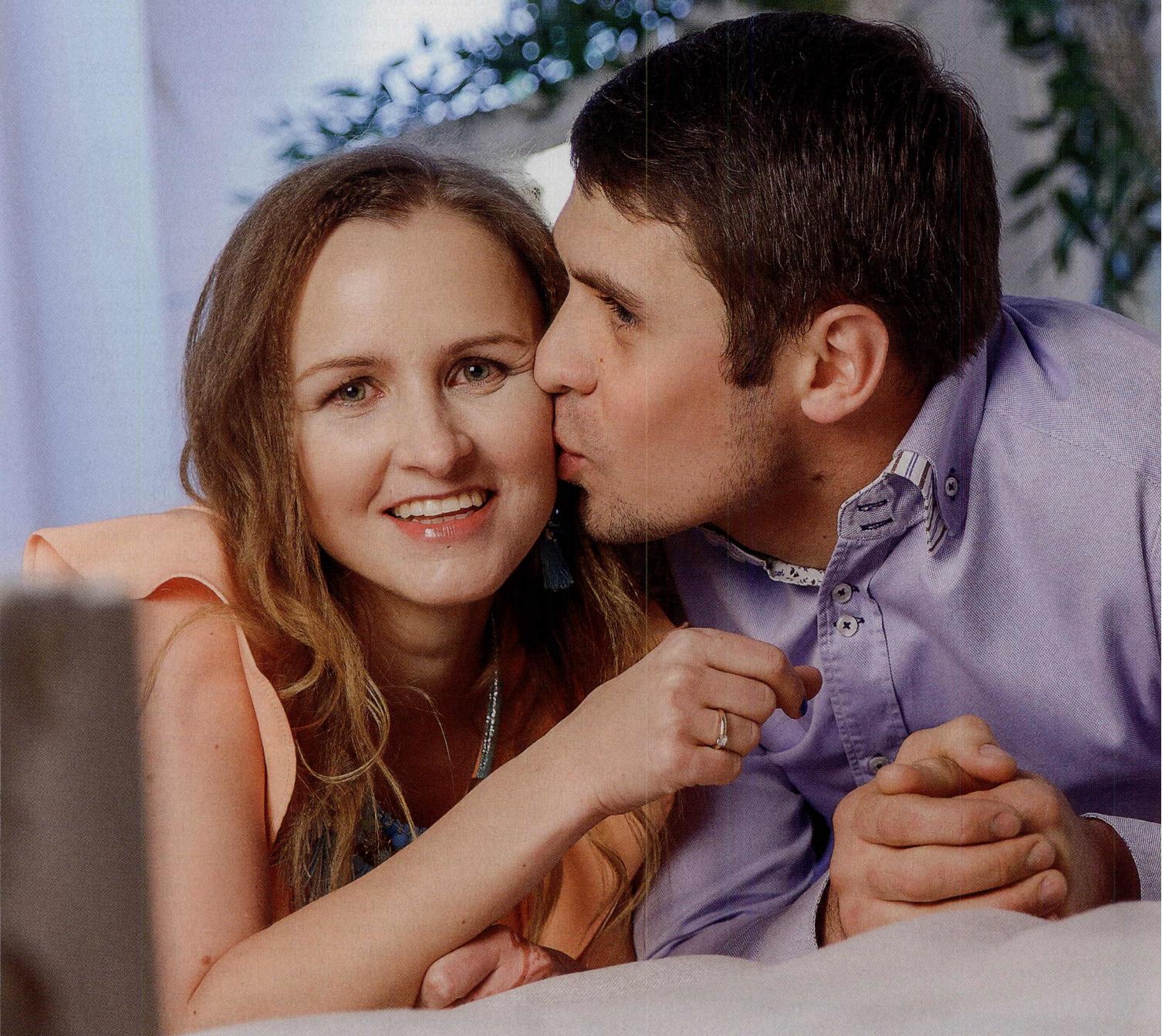


{ Stiprais stāsts }

«Mersedess krūtīs dzīvot lēnāk!»



iemācīja

Kad LELDEI JAUKULEI atklāja sirds mazspēju, viņai bija tikai nepilni trīsdesmit gadi. Tas bija šoks gan viņai pašai, gan viņas tuvajiem, jo īpaši dzīves biedram Laurim. Un tomēr – šis notikums viņu ģimeni ir vairāk stiprinājis, nekā nodarījis pāri.

♥Ginta Auzniece

Foto – Matīss Markovskis un no Leldei Jaukules personiskā arhīva. Stils – Lolita Graudina. Apģērbs – Reserved. Vide – Ligavnica

Leldi, Lauri un viņu abus dēlēnus – sešgadīgo Leniju un trīsgadīgo Leino – pirms nepilna mēneša iepazinām TV3 šovā *Tēta nedienas Latvijā*. «Pēc dabas esam diezgan klusi, neraujamies uz popularitāti. Ar šovā paši nepieteicāmies, to izdarīja mūsu draugi, un mums vienkārši atlika iet līdz galam. (*Smejas*). Atceros, Lelde vienudien zvana man uz darbu un saka: «Ir baigās ziepes!» Es jau sabijos, domāju, kas noticis – pašai vai bērniem kaut kas... Ā, šovs? Nu labi, nav problēmu!» nesenos notikumus atminas Leldes stiprais plecs Lauris. Bet viņa pati spriež: «Man pēc šova ir tikai viens secinājums – šis tētis ar visu tiks galā!» Un Lauris viņai mīļi piebalso: «Bet tu jau to, mīļā, zināji.»

Iespēju pārliecināties par Laura prasmēm tikt galā ar mājas soli un bērniem Leldei nav trūcis. Tikai diemžēl tas ne vienmēr, gluži kā šovā, ir bijis saisfīts ar priecīgiem notikumiem. «To, ko pārdzīvojām aptuveni pirms trim gadiem, laikam daudzi nemaz nezina, esam to stāstījuši tikai pašiem tuvākajiem radiem un draugiem. Un es jau arī cenšos, lai viss izskatās kā agrāk, lai Lelde ir un paliek Lelde, bet tikai mēs paši zinām, kas aiz tā slēpjas,» viņa stāsta. Arī Lauris apzinās, ka dzīve ir mainījusies: «*Smejas* viņa tāpat kā iepriekš. Bet realitāte – tā ir drusciņ citāda... Viss nav tik spoži, kā izskatās.»



Nogurums – tas ir normāli!

«Neviens līdz šim nav spējis izskaidrot, kas īsti notika un – kāpēc... Bet nemainīgs paliek fakti, ka, gluži kā spēriens no skaidrām debesīm, neilgi pēc otrajām dzemdībām pār mani nāca verdiķts – jums ir sirds mazspēja. Pilnīgi neizskaidrojami – no kurienes?! Agrāk biju absolūti vesela, vienīgais, ar ko slimoju, bija klepus un iesnas ziemas laikā. Atceros, ka otrs grūtniečības laikā biju aktīva, jutus labi, arī visi rādītāji bija normāli. Kad biju astotajā mēnesī, vēl celojam. Viss bija ideāli.

Lai gan ir bijusi dzīvē viena epizode, agrā bērnībā, kad man bija divi gadiņi, – saslimu ar leikēmiju, asins vēzi, bet to, cītīgi ārstējoties, dažu gadu laikā izdevās uzveikt, un pēc tam dzīvē tas nekādas sekas neatstāja. Jā, sākumā

vajadzēja regulāri pārbaudīties, braukt pie ārstiem uz Bērnu klinisko universitātes slimnīcu, bet jau pirmo klasītā sāku apmeklēt kā pilnīgi vesels bērns. Vairāk ārstēšanā un izmeklējumos bija iedzīlinājusies mana mamma, jo es pati biju vēl ļoti maziņa, bet neko daudz viņa man par šo laiku nav stāstījusi. Un es arī neprasu. Galvenais, ka viss ir labi. Katrā ziņā, izstāstot šo stāstu ārstiem vēlāk, viņi nesaistīja esošās problēmas ar šo gadījumu.

Kā viss sākās? Pēc dzemdībām vienkārši sāku justies ļoti slikti. Sākumā pati nesapratu, kas par lietu, jo likās, ka justies slikti pēc dzemdībām ►

Stiprais stāsts



ĪPAŠS MIRKLIS. «Nezinu, kā mammai tas izdevās, bet izklaidēties, ārstējot leikēmiju, viņa mani aizveda ārpus slimnīcas.»

ir normāli. Pašas dzemdības noritēja labi, protams, sāpeja, bet, tā kā vienu bērniņu jau biju laidusi pasaulē, zināju, kā tas ir. Viss sākās drīz pēc tam, kad mazais bija piedzimis. Mūs palaida mājās, un sāku manīt, ka man ir šausmīgs nogurums. Gaidīju, kad kļūs labāk, paies kāds laicīš, aklimatizēšos jaunajā situācijā, bet – tā nenotika. Sāku justies arvien sliktāk. Pagāja nedēļa, divas... Nekas nemainījās. Tā mierināju sevi gandrīz divus mēnešus – gan jau paliks labāk. Diemžēl nepalika.»

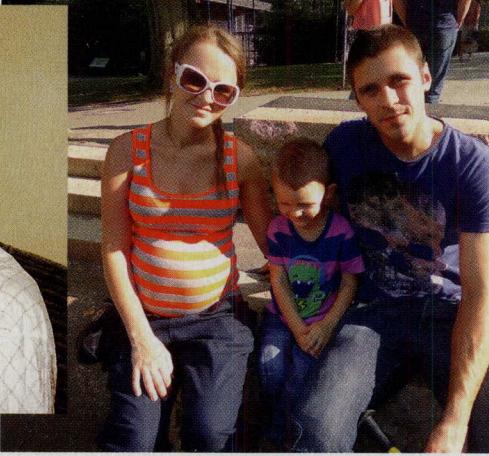
Bronhīts un zāļu tējas

«Nolēmu, ka jānoskaidro sliktās pašsajūtas iemesls. Gāju pie ģimenes ārstes, teicu, ka man ir grūti elpot, bet viņa man sāka ārstēt pavisam citas vainas. Bija aizdomas, ka varētu būt bronhīts, bet, tā kā nekādas stipras zāles nevarēju lietot, jo baroju ar krūti bērniņu, daktere ieteica dzert zāļu tējas. Tā ārstēju sevi ar zāļu tējam un gaidīju, kad beidzot būs uzlabojums. Nekā. Vēlāk sāka arī loti stipri sāpēt sprands, pleci, sāpes pārgāja uz roku. Protams, nesaistīju šīs pazīmes ar kaut ko ārkārtēju, arī ārsti domāja, ka tie ir savilkti muskulji, tāpēc sūfija mani uz fizioprocedūrām.

Bija dažas reizes, kad kļuva pavisam sliki, man sāka stiprāk trūkt elpas, naktis nevarēju gulēt, un dažās tādās reizēs braucām uz uzņemšanas nodaļu tuvākajās slimnīcās. Bet arī tur mani nepaturēja. Tuvojās Ziemassvētki, prieksā bija daudz brīvu dienu, bet es jutos tik sliki, ka tomēr riskējām



PATS SĀKUMS. Pirmās jūtas, pirmā dzirksts – pirms 15 gadiem.



VESELA UN LAIMĪGA. «Jau pēc mēneša bijām četratā un sākās mans stiprais stāsts.»



MUMS IZDEVĀS! «Biju laimīga satikt savus superpuīšus Tēta nedienu noslēgumā.»

vēlreiz aizbraukt uz Valmieras slimnīcu. Tur mani ielika Infekcijas slimību nodalā, meklēja kaut ko pavisam citu... Ārsti visi kā viens teica, ka visos izmeklējumos viss ir normas robežās, viss ir kārtībā, tāpēc brīziem jutus sliktī par to vien, ka vispār meklēju mediķu palīdzību. Tikai galvā nemītīgi skanēja: bet es taču jutus sliktī, lūdzu, atrodiet kaut ko, palīdziet! Beigās jau bija izmisums. Neviens nesaprata, kas notiek ar veselu cilvēku! Nogulēju slimnīcā desmit dienas un loti izteikti jutu, ka ar katru dienu kļūstu arvien nespēcīgāka, beigās jau bija grūti piecelties no gultas, sāka augt arī vēders. Vēlāk izrādījās, ka tajā jau krājas šķidrumi, kas ir raksturīgi pie sirds mazspējas.

30. decembrī man beidzot uztaisīja sirds izmeklējumu ehokardiogrāfiju, un nākamajā dienā jau biju reanimācijas nodalā. Izmeklējums parādīja, ka man ir sirds mazspēja jau loti kritiskā pakāpē, un 1. janvārī mani pārveda uz Rīgu, uz Latvijas Kardioloģijas centru Stradiņa slimnīcā.»

Cilmes šūnu terapija

«Man tas viss bija šoks! Nebiju gulējusi slimnīcās kopš agras bērnības, kad man ārstēja leikēmiju, izņemot tās divas reizes, kad dzima mazie. No ārstu sejām sapratu, ka ar mani nepavisam nav labi, arī Kardioloģijas centrā mani vairākas dienas turēja intensīvajā terapijā. Bija traki.

Diemžēl arī šeit neviens nevarēja rast izskaidrojumu, kas sirds mazspējai varēja būt par iemeslu, kāpēc viss notika tik pēkšni, ja agrāk ar sirdi vispār nekādu problēmu nebija bijis. Tikai viena nianse, ko pati paturu prātā un kas, iespējams, varētu kaut ko izskaidrot... Izrādījās, ka pēc dzemdībām dzemdē bija palicis placenta gabaļiņš. Tam sekoja tīrišana, viss it kā nokārtojās, bet pie sevis domāju – varbūt iekaisums dzemdē bija jau tik liels, ka iespāidoja arī sirdi?... Nezinu. Katrā ziņā nekur manos medicīniskajos dokumentos nav fiksēts, ka tam varētu būt saistība.

ЕМПІОНАТ СВІТУ З МОТОКРОСУ

НА МОТОЦИКЛАХ З КОЛЯСКОЮ

Чернівці 5-7 травня

ЕРШІЙ

XSPORT

асоціація
ТЕХНОСПОРТ

Pārprogrammētā ikdiena

Lai gan Lauris reizēm pabar Leldi, ka viņa nemāk dzīvot bez stresa, kaitē sev pati, arī viņam sāp notikušais: «Tagad ejam pa dzīvi ar smaidu. Bet tikai es zinu, ka viņa ir tūkstoškārt izmaiņjusies. Lelde nedrīkst braukt ar riteni, nedrīkst celt neko smagu, pat iepirkumu maisiņš viņai ir par smagu, sirds uzreiz jūt... Agrāk mēs bijām ļoti aktīvi, daudz nodarbojāmies ar sportu, braucām ar riteņiem... Nu visu ikdienas dzīvi nācās pārprogrammēt, jo kopā varam darīt tikai to, ko Lelde drīkst – pārsvarā tās ir mierīgas aktivitātes, kur nav vajadzīga piepūle. To, ka viņa ir pārpūlējusies, pāršāvusi pār strīpu ar mājas aktivitātēm, es ātri protu pamānīt. Piemēram, parādās tāds simptoms kā asinsizplūdumi acīs. Tad zinu – Lelde ir pāršāvusi pār strīpu!» savās sajūtās dalās Lauris.

«Es nedrīkstu arī daudz staigāt, pat bērnus uz bērnudārzu vedu ar mašīnu, lai gan tas atrodas piecu minūšu gājienu attālumā. Mājas darbus cenšos kārtīgi saplānot, lai varu izdarīt tos pakāpeniski... Agrāk pirms pēkšņas viesu ierašanās desmit minūšu laikā varēju dabūt mājas paraugkārtību, tagad man tam ir vajadzīga visa diena. Spēks jau man ir, es varētu to izdarīt ātri arī tagad, bet pēc tam jutīšos ļoti slīkti, un ar gaidītajiem viesiem nāktos satikties slimnīcā.

Vēl kāda nianse, ko bija emocionāli smagi pienemt... Kopš man atklāja sirds mazspēju, nedrīkstu celt uz rokām arī bērnus. Jā, sākumā bija grūti, bet nu jau gan viņi, gan es pati esam samierinājušies. Viņi pat vairs neprasās *opā*, jo zina, ka mamma nedrīkst viņus celt. Par laimi, mīlumu var izpaust arī citādi.

Arī Lauris mani ļoti saudzē. Ja, vakarā pārnākot mājās, redz, ka esmu nogurusi, acis ir sarkanas, dzen mani atpūsties, saka, lai sacelū kājas gaisā un neko nedaru. Bet arī pie tā bija jāpierod, jāmācās to izbaudīt. Agrāk pati biju ļoti strauja, man patika visu varēt, būt *supersievietei*, man nekad nav paticis, ka kāds kaut ko izdara manā vietā. Bet slimība mani pārvērta, veselības dēļ bija jālauž sevi, jāmācās palūgt palīdzību. Nu visu dzīvi esam pārplānojuši, jo apzinos – ja darīšu visu kā līdz šim, iznākums būs slīkts.»

FANOJAM. «Aizņēmām tētim pirmās vietas sacensībās Ukrainā pagājušajā vasarā.»

Bet *Stradiņos* es jutos svarīga. Vēlos pateikt lielu paldies savai ārstējošajai dakterei, iekšķīgo slimību ārstei Dacei Freidenbergai – ļoti cienu un augstu vērtēju viņu par iedzīlināšanos manā problēmā, par risinājuma meklēšanu. Otrs dakteris, kas mani katru dienu uzmanīja un uzmundrināja, bija profesors Andrejs Ērglis. Šie abi dakteri nāca mani apraudzīt katru dienu, sūtīja mani uz ļoti daudzām pārbaudēm, un es tiesām jutu, ka manā problēmā iedzīlinās.

Profesors Ērglis man divreiz veica arī cilmes šūnu terapiju, cerībā, ka esmu vēl jauņa un tas palīdzēs izārstēt sirds mazspēju, apturēt to... Pirmoreiz cilmes šūnas sirdi ievadīja, kamēr gulēju slimnīcā. Procedūra manā skatījumā nav nekas īpaši, jo mani nebauda medicīniskas manipulācijas, asinis un adatas manī neiedveš šausmas. Daudz svarīgāka par bailēm tādos brīzos liekas apziņa, ka tas var palīdzēt. Manuprāt, tas izklausās baisāk, nekā ir patiesībā – tā ir parasta procedūra, kuras laikā no muguras smadzenēm ar tievu adatiņu tiek panemts smadzeņu šķidrums, cilmes šūnas, un pa asinsvadu no cirkšņa tās tiek aiztransportētas uz sirdi.»

Jaunais Mersedess

«Kad slimnīcā biju pavadījusi jau gandrīz divus mēnešus un cilmes šūnu terapija bija notikusi, mani palaida mājās. Ārsti piekodināja, ka nedrīkstu darīt neko aktīvu, jādzīvo mierīgi, nestresojot... Kādu laiku bija labi, bet drīz vien viss iegāja vecajās

sliedēs. Atkal sāku justies slīkti. Lauris jau saka, ka vienkārši nepratu uzvesties, dzīvot prātīgi, bet – kā gan es to varētu prast?! Visbezpalīdzīgāk liek justies tas, ka agrāk es biju ļoti enerģiska, vienmēr visu esmu varējusi izdarīt pati, esmu bijusi aktīva. Arī ieteikums nestresot nav tik viegli ievērojams, jo mums katram

katru dienu arī bez nopietniem pārdzīvojumiem ir uztraukumi par dažādiem niekiem, stresiņš. Tas ir neizbēgami, īpaši, kad ir divi mazi bērni.

Maijā mani to mēr atkal ielika slimnīcā. Redzot, ka sirsniņai kļuvis par grūtu, profesors Ērglis ieteica pamēģināt vēl vienu cilmes šūnu terapiju. Viņš līdz pēdējam brīdim centās aizkavēt domas par sirds stimulatoru. Arī man pašai tas likās kaut kas neiedomājams – esmu tik jauna, tolaik man bija tikai trīsdesmit gadu, un staigāšu jau ar sirds stimulatoru?! Tādu taču parasti liek omītēm, man likās.

No sirds stimulatora tomēr neizbēgu... To diemžēl nācās ievietot.

Patiessībā to man laikam bija visgrūtāk pieņemt. Tagad, kad pagājuši jau trīs gadi, tas viss liekas tik pierasts, esmu jau samierinājusies un labi sadzīvoju ar savu jauno Mersedesu. (*Smejas.*) Tā slimnīcas nodaļā manu jauno sirdi smejeties dēvēja māsiņas.»

«Agrāk man patika visu varēt, nu bija jāmācās lūgt palīdzību.»



Mamma paliks slimnīcā

Dubultiels pārbaudījums Leldes pēkšņā slimība bija arī tāpēc, ka viss sakrita ar nesenīgo Leino piedzīmšanu. «Toreiz, kad mani ielika slimnīcā, mazajam nebija pat divi mēnesi. Tas man kā mammai nebija viegli, bet, iespējams, ka Laurim bija vēl grūtāk – palikt mājās ar diviem maziem puikām, vecākajam dēlam Lenijam toreiz bija trīs gadiņi. Līdz tam baroju mazo Leino ar krūti, bet slimnīcā Laurim patējica: «Tēti, jūs ar visu bērniņu brauciet mājās, mamma paliks slimnīcā.» Viņam bija pēkšņi jādomā, ko darīt, kā tikt galā ar situāciju. Es pati tā brīža sajūtas nemaz nevēlos atcerēties, cenšos par to nedomāt, neuzjundīt sevi, jo tas neko nemainīs, un cita varianta, kā tikai tas vienīgais, tobrīd tik un tā nebija.»

Lauris domā, ka viņam neapjuktu situācijā palīdzējusi pieredze ar vecāko dēlu Leniju: «Par laimi, mācēju gan pamperu nomainīt, gan atrast, kādu piena maišījumu pirk, jo mammas piena mazajam pēkšņi vairs nebija. Kādu brīdi ar abiem mazajiem palīdzēja tikt galā arī Leldes mamma, bet viņa tolaik strādāja Anglijā, tāpēc nebija visu laiku pieejama. Otra omamma, mana mamma, uzreiz pateica, ka viņa ar tādiem maziem bērniem neprot apieties. (*Smejas.*) Puikas tolaik vēl bija ļoti mazi, īsti nesaprata mammas nozīmi un pārāk nepārdzīvoja, ka viņas nav mājās. Stiprāk mammas trūkumu viņi izjuta, filmējot *Tēta nedienas*, katru vakaru sauca pēc mamma. Kamēr Lelde gulēja slimnīcā, dažus vakarus sazvanījās skaipā, pāris reizes mazos paņēmu arī līdzi ciemos uz slimnīcu, bet, jāatzīst, ka pārāk bieži arī es pats nebraucu viņu apciemot. Tas nebija tik vienkārši ar mazajiem puikām, nebija, pie kā viņus atstāt, turklāt bija vēl ziema, vienubrīd slimnīcā izsludināja arī gripas karantīnu, kad ciemiņi vispār nedrīkstēja iet. Bija grūti... Lelde slimnīcā sagaidīja gan jauno gadu, gan savu trīsdesmit gadu jubileju. Tas laiks liekas kā ļauns murgs, bet, par laimi, tas šķiet jau tik sen, daudz kas no tā brīža sajūtām ir aizmiršies.»

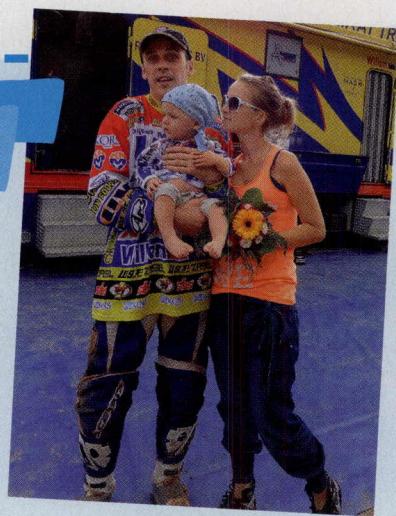
Lelde domā, ka pat vissarežģītākos dzīves pārbaudījumus jācenšas uztvert ar smaidu. Un arī pati centās tā darīt. «Arī tad, kad sirdi lika stimulatoru un krūskurvī veica mazu iegriezumu, man tas nelikās nekas šausmīgs, es pat skatījos, lai gan dakteris bārās: «Griez galvu uz otru pusī!» Manuprāt, ja par lietām ceļ paniku, uztver tās ar šausmām, sadzīvot ar noti-

Lelde IESAKA ARĪ TEV

● ZILĀ KRĀSA. Man šķiet, ka tajā ir kaut kas uzlādējošs, ļoti labi jūtos zilā krāsā, un interesanti, ka arī bēri labprāt izvēlas zilo, lai gan viņiem tas netiek uzspiests. Agrāk man, stārp citu, bija arī zili mati.

● DOMĀJU, KO ĶĒDU. Tā kā fiziskas aktivitātes man ir ierobežotas, nedrīstu sportot, man ļoti jāseko līdzi tam, ko ēdu, lai nepieņemtos svarā – tad gan sirsniņai būs grūti, gan arī nevarēšu pēc tam atgūt figūru, jo nevaru kā agrāk aizskriet uz sporta zāli, lai varētu ielist kleitā. Neēdu sāļu, eljainu, treknū, arī žāvējumus un küpinājumus, jo pēc tam pat fiziski jūtos sliktāk. Nedrīku tuet arī alkoholu. Toties ēdu daudz zivis, ko daktere arī ieteica.

● PALĪDZĒT CITIEM. Tas man sniedz gandarījumu, ja kādam varu izdarīt labu. Mums visiem, piemēram, patīk veltīt laiku un uzmanību vecvecākiem, palīdzēt viņiem mazās ikdienas lietās. Viņiem ir prieks, un redzu, ka arī bēri caur šiem mirklīem novērtē, ka ir vecvecāki, nebaidās no veciem cilvēkiem, bet labprāt pavada laiku ar viņiem. Tādi mirklī ir dzīves vērtība.



● MOTOKROSS. Tā ir mūsu kopīgā aizraušanās, kurā, pirms saslimu, arī pati aktīvi iesaistījos, braucu līdzi uz turnīriem kopā ar bērniem, jutām līdzi – tas ir gan kopīgs adrenālīns, gan kopības sajūta. Atbalstu Lauri, lai viņš vēl kādu laiciņu paturpina motokrosa gaitas, viņš, stārp citu, blakusvāga sacīkstēs ir viens no labākajiem *kantētājiem* Eiropā. Man prieks par viņu, un es ar viņu lepojos! Un arī man pašai ir moča tiesības.

● SMAGUMUS NEST KASTĪTĒ. Tā kā nedrīkstu celt neko smagu, ja kaut kas neļiels tomēr jāpārnēsā, saliekū lietas kastītē un nesu ar abām rokām. Tā ir vieglāk, jo slodze izlīdzinās vienmērīgāk.

kumiem ir vēl grūtāk. Protams, arī man nebija viegli – skaidrs, ka domās meklēju iemeslu, kāpēc tā notika, un prātoju, kā tagad būs, kā dzīvot tālāk. Bet pārsvārā centos visu notiekošo uztvert mierīgi. Un uzticēties ārstiem. Man vēlmi dzīvot un saņemties dāvāja mana ģimene, mani trīs puiši. Pēc pārdzīvotā arī jūtu, ka Lauris mani vairāk novērtē, saprot un palīdz. Vairāk esam ie-mācījušies dalīt mājas darbus, dažādus pie-nākumus, un Lauris ir bijis spiests pārkāpt pāri kaut kādam stereotipam, kas ir sieviešu un kas – vīriešu darbi mājās. Patiesībā tam nav nekādas nozīmes – katrs dara to, kas viņam ir pa spēkam.

Turpmāk man katru gadu reizi gadā jābrauc uz pārbaudēm *Stradiņos*, jāveic eho-kardiogrāfija, lai redzētu, kā sirsniņa strādā, jāpārbauda, kā jūtas mans *Mersedess*. Katru mēnesi 150 euro vajadzīgi zālēm, kuras man būs jālieto visu dzīvi. Pirms tam bija vēl vairāk. Tāpēc smejos, ka Lauris mani ir paņēmis kredītā, jo katru mēnesi ir obligātais maksājums. (*Smejas.*) Slimnīcā veiktās manipulācijas, paldies Dievam, se-dza valsts.»

Būsim viens otram

Ar ikdienas lietām mājās Lelde bieži ir jātiekt galā vienai, jo Lauris gandrīz katru nedēļu lido uz motokrosa sacensībām visā Eiropā – viņš ir plūcīs laurus gan Ukrainā, gan Čehijā, gan Vācijā, gan Ungārijā. Lelde pati pirms saslimšanas nodarbojās ar grafisko dizainu, veidoja materiālus Laura motosporta komandai, kas ir viņu abu kopīga aizraušanās. «Viņa bija mūsu komandas menedžere. Bet, kopš piedzima Leino un Leldei atklāja sirds mazspēju, mājas lietas un bērnus ar blakus darbiem apvienot kļuva neiespējami, tāpēc tagad viņa nestrādā,» stāsta Lauris. «Tagad šķiet interesanti, ka neilgi pirms otrajām dzemdībām, kamēr bijām ceļojumā, mums apzaga dzīvokli, un tika nozagts arī mans dators ar datorgrafikas programmām, bildēm... Tas arī mazliet pielika punktu manai profesionālajai dzīvei. Varbūt tā bija zīme. Pašlaik šķiet, ka tad, kad bēri būs mazliet paaugušies, gribētos atkal darīt ko radošu, kaut kur piestrādāt. Un darbs ar datoru ir pietiekami mierīgs, lai to es varētu. Redzēs, kā



● PRET VĪRUSIEM. No rītiem tukšā dūšā dzeru siltu ūdeni ar ingveru, citronu un medu. Tā ir gan enerģijas bumba, gan palīdz vīrusu laikā. Lai neslimotu, ziemā lietojam arī *Citrosept* pilienus ar tumšo vīnogu sulu.

● BIŠU MAIZE. Organisma stiprināšanai ziemā reizi dienā pātējkarotei lietoju bišu maizīti. Pa drusciņai dodu arī bērniem.

● D VITAMĪNS. Tā mums visiem pie-trūkst, tāpēc, jo īpaši ziemā, lietoju apzinīgi. Tagad nopirku pamēģināt pūšamo ar apelsīnu garšu. Redzēs, vai būs efekts, bet lietot ir tiešām ērti.

● DĀRZIŅŠ. Netālu no mājām Bērzkrogā esam iekārtojuši mazu siltumnīciņu bērnu priekam – lai viņi iemācītos, kā kaut kas rodas un izaug. Tā kā es dārziņā nevaru īpaši piepūlēties, tas ir viņu lielais uzdevums – stādīt tomātu stādus (izvēlamies pēc iespējas dažadas šķirnes, lai izaugtu dažādi augļi), aprūpēt audziņus, ar lejkanniņām laistīt, doties ar groziņiem novākt ražu. Tā bērniem ir vērtīga izklaide.



būs. Pagaidām lielākais darbs ir audzināt bērnus. Un, ticiet man, mūsu puikas nav no mierīgajiem – jau vēderā esot, spārdījās uz visām pusēm. Riktīgi aktīvisti!» Lelde spriež.

«Man vēl gribētos meitiņu,» Lauris smaidot kautrīgi atzīstas. Bet – vai mīlēties ar sirds stimulatoru drīkst tāpat kā agrāk? «Bišķīt jau var. Leldei ir tāds labs teiciens – ja nedrīkst, bet ļoti gribas, tad tomēr drīkst. Protams, esam pielāgojušies. Bet nevar jau zināt, vai daktere Freidenberga nelasa, visu nedrīkst stāstīt. Tad jau labāk māja var palikt nekārtīga, bet citām baudām enerģija noteikti jāatlicina,» Lauris smejas.

«Jā, tā kā Lauris *Tēta nedienu* noslēgumā mani bildināja, daudzi tagad taujā – kad būs kāzas? Nezinām, nekur nesteidzamies. Plānojam, ka vajadzētu pirms tam atjaunot vectēva dāvināto volgu, kas stāv šķūnītī un ir dāvāta tieši ar tādu mērķi – lai tas būtu mūsu kāzu auto. Vispār man šķiet, ka visi citi mūsu kāzas gaida vairāk par mums pašiem, grib, lai kaut kur steidzamies, it kā kaut ko varētu nokavēt. Kopš esmu spiesta mācīties dzīvot jaunu, mierīgāku dzīvi, esmu laimīga. Smejamies, ka visu iekavēto atgūsim vecumdienās, kad bērni jau būs pieauguši. Tad arī brauksim ar *močiem* pa pasauli un – būsim viens otram.» Laurim tikai atliek piekrist līgavas sacītajam, gādīgi apliekot viņai ap pleciem roku un uzspiežot mīlu buču uz degungala. Viņš savu Leldi ļoti mīl. ♥