

Lille Kanin hos sjukgymnasten

Eftersom Lille Kanin har smådjursreumatism måste han varje vecka gå och träffa en sjukgymnast. Hon heter Kanin-Kajsa och hennes kaninpåls är vit med svarta prickar på. Kanin-Kajsa frågar Lille Kanin hur han mår varje gång han kommer. Om han säger att han har ont i foten så tittar hon extra noga på den. Mest har Lille Kanin ont i knäna, händerna och nacken, men detta kan variera. En annan dag har han mer ont i höfterna och axlarna. Det är bra att träffa Kanin-Kajsa ofta. Hon märker om Lille Kanin blir sämre och hon kan hjälpa honom att må bättre. Lille Kanin tycker mycket om Kanin-Kajsa.

– Hon är min alldeles egen Kanin-Kajsa, säger Lille Kanin till Mamma Kanin.

– Ja, det är tur att du har Kanin-Kajsa, säger Mamma Kanin och ler. Det är ju bra att Lille Kanin tycker om sin sjukgymnast som han träffar så ofta.

Hos Kanin-Kajsa får Lille Kanin göra olika saker. Ibland får han ligga och slappa på britsen medan Kanin-Kajsa vrider och sträcker hans små leder. Lille Kanins muskler blir strama och hon tänjer dem. Efter att ha varit hos Kanin-Kajsa och hon har behandlat hans nacke, kan Lille Kanin vrida på huvudet mycket mer. Det är skönt för det är besvärligt att vara stel i nacken. T ex om man ska gå över en väg och behöver titta sig om åt båda hållen för att säkert kunna gå över, då får Lille Kanin vrida hela kroppen för att kunna se så att det inte kommer någon hund lufsande. Eller om de leker viskleken i skolan. Då skall man viska tyst i varandras öron. De andra ungarna vrider lätt på huvudena för att viska till nästa, det kan inte Lille Kanin göra då han är stel i nacken. Inte heller kan han hålla ett vakande öga hemma så att inte Lillasyster Kanin gör Snigge Snigel illa när de båda är på golvet. Lillasyster Kanin kryper snabbt på golvet och om Lille Kanin sitter på sin stubbe och gör läxorna tar det några sekunder extra när han måste vrida hela kroppen för att se vad som händer, istället för att bara vrida huvudet. Lillasyster Kanin har lärt sig att hon kan passa på och göra hyss med Snigge Snigel när de inte är rakt framför Lille Kanin. Hon vet att Lille Kanin bryr sig mycket om sitt husdjur Snigge Snigel. Då är det roligt att retas lite tycker Lillasyster Kanin. En gång la hon en näsduk över Snigge Snigel så att han inte kunde se. Det var när hon gurglade glatt som Lille Kanin förstod att han skulle titta på vad hon gjorde och upptäckte hennes hyss. Snigge Snigel kan ju inte prata men Lille Kanin gissade att han inte tyckte om att få en näsduk

över sig som täckte hela hans kropp.

Kanin-Kajsa säger att det är viktigt att Lille Kanin rör sig. Han skall träna så att han får muskler. Det är bra med muskler runt de sjuka lederna. Det finns olika sätt att träna på, men det som Lille Kanin tycker bäst om är att bada i bassängen och göra vattengymnastik. Vattnet är varmt och det känns skönt i hela kroppen att vara i värmen. Han blir lite mjukare av det. Kanin-Kajsa låter honom inte ligga och vila i vattnet.

– Spring ett varv runt i bassängen, säger hon. "Hoppa upp och ner, högt ska du hoppa", "knyt och sträck ut tassarna, tio gånger till".

Ibland får han träna på land. Kanin-Kajsa har en stor boll som Lille Kanin får sitta på, hålla balansen och sträcka ut ett ben i taget. Hon har också en mjuk matta som hon lägger på golvet och som Lille Kanin får ligga på när han tränar. "Upp med armarna i luften", "Bøj benet och lyft".

Lille Kanin tycker att det är bra att hon säger åt honom vad han skall göra. Det är mycket lättare då. Hon har sagt att han måste träna varje dag hemma och han har fått en lapp där det står vad han skall göra. Men Lille Kanin är inte så bra på att göra gymnastiken hemma.

– Du måste se på det som en läxa du måste göra, säger Kanin-Kajsa.

– Mm, men jag glömmer bort det eller så blir det inte av, säger Lille Kanin.

– Jag skall prata med din mamma och pappa så att de ser till att du tränar varje dag. Det är viktigt för dig, förmanar Kanin-Kajsa.

– Jag skall försöka, säger Lille Kanin.

När Storebror Kanin får höra vad Kanin-Kajsa sagt lovar han att han skall träna varje dag med Lille Kanin.

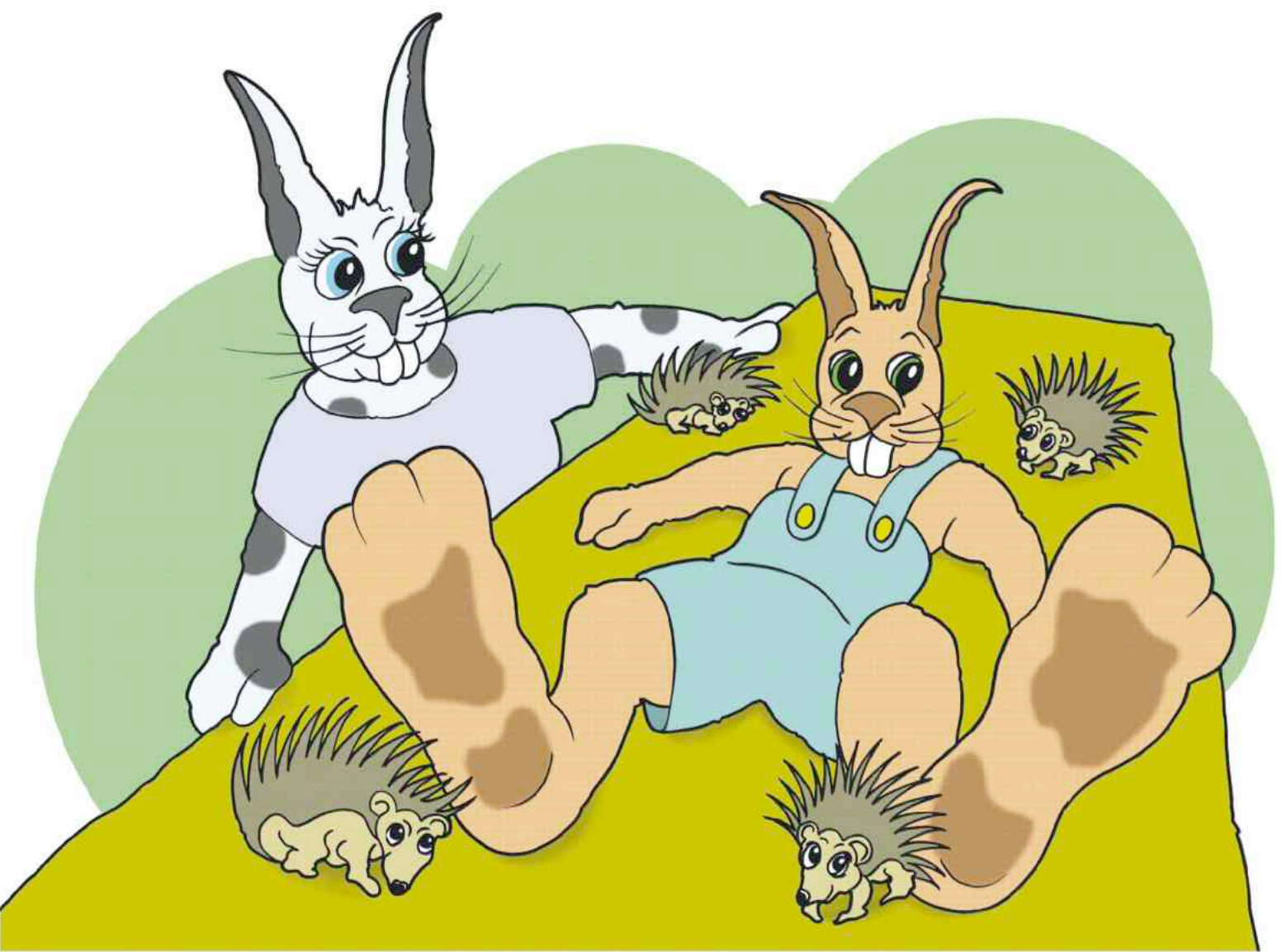
– Det blir ju roligare om man är två och tränar, säger han. "Och jag tycker ju om att träna".

– Skillnaden är ju bara att du inte måste som jag, säger Lille Kanin.

– Nej det är sant, men visst blir det roligare om vi tränar ihop?

– Jo, det blir det.

Mamma och Pappa Kanin tycker att det är väldigt bra att bröderna tränar ihop, för då slipper de tjata på Lille Kanin att han skall göra sin sjukgymnastik.



En dag när Lille Kanin kommer till Kanin-Kajsa har han ont i många leder. När Kanin-Kajsa tar i honom så piper han för att det gör så ont.

– Har du så ont idag Lille Kanin?

– Ja, säger han och ögonen tåras.

– Hm, jag tror vi skall testa en ny behandling. Vänta här en stund. Jag måste gå och hämta några, säger hon. Lille Kanin ligger kvar på britsen när hon går. Hon blir borta så länge att han somnar.

– Vakna, Lille Kanin, nu skall du få akupunktur, säger Kanin-Kajsa och rör försiktigt vid hans arm. Lille Kanin gäspar och öppnar ögonen. På golvet vid Kanin-Kajsas fötter finns flera små söta igelkottar.

– Det här är familjen Igelkott, säger Kanin-Kajsa. "De utför akupunktur och det går till så att deras taggar gör att smärtan försvinner" fortsätter hon.

Lille Kanin tycker att det låter konstigt, men eftersom han har så ont är han villig att pröva behandlingen.

Kanin-Kajsa tar på sig ett par tjocka handskar så att hon inte skall göra illa sig på igelkottarnas taggar. Sedan lyfter hon upp dem en efter en på britsen bredvid Lille Kanin.

– Jag tar högra handen, du tar vänstra, ni tar benen, du tar huvudet, ni tar fötterna, säger den största igelkotten till de andra.

– Ok, säger de och börjar gå mot det ställe på Lille Kanins kropp där de skall vara. Deras tassar gör inte ont när de

går på honom och Lille Kanin tänker att det här var ju inte så farligt.

– Har alla intagit position? frågar den största igelkotten.

– Ja, svarar alla igelkottar i kör.

– Då sätter vi igång, säger han. Alla igelkottar lägger sig ner och rullar över på rygg och taggarna, taggarna, de gör så himla ont då de sticker Lille Kanins onda kropp.

– Aj, skriker han. "Det gör ont!"

– Såja Lille Kanin, säger Kanin-Kajsa. "Akupunktur skall vara bra, det har jag lärt mig på kurs".

– Aj, fortsätter Lille Kanin att skrika. Igelkottarna borrar sina taggar djupare in i Lille Kanin.

– Man skall röra nålarna ibland, säger den största igelkotten och alla igelkottar rör sig så att alla taggar hittar nya ställen på Lille Kanins kropp. Det gör hiskeligt ont, men det konstiga är att snart gör det inte ont längre. Lille Kanin får ligga på britsen en stund och Kanin-Kajsa sitter bredvid på en stol och läser en saga för honom. När sagan är slut lyfter hon bort igelkottarna.

– Hur känns det nu Lille Kanin? undrar hon.

– Det känns bättre. Igelkottarna skrämde nog värken på flykten, säger Lille Kanin.

– Vad bra, svarar Kanin-Kajsa och ler glatt.

Text: Ingela Gustavson, illustration Magnus Alkmar