

Не выносите себе приговор

4 февраля – Всемирный день борьбы против рака



Всемирный день борьбы против рака отмечается с 2005 года с целью повышения осведомленности людей в профилактике, раннем выявлении и лечении онкологии. Но если рак пришел, с ним надо бороться. В этом уверены наши читатели.

Ради детей

Ольга, 39 лет. Опухоль желудка в стадии ремиссии

До 36 лет я жила обычной жизнью. Работала в кадастровом центре, была замужем, болела как средний человек, то есть нечасто, обычными болячками. Существование текло нормально. Беспокоило меня лишь здоровье детей. Они – аллергики. У старшей дочери легкая аллергия на шерсть животных. У младшего сына аллергия на все: от мандаринов до цветочной пыльцы. Пришлось выбирать: сын или работа. Я выбрала сына. Уволилась, освоила бухгалтерию. В июле сестра взяла меня в свою маленькую фирму по оказанию бухгалтерских услуг, а в августе мне поставили диагноз «онкология». Это случилось три года назад.

Дискомфорт в желудке по ночам я почувствовала примерно за год до диагноза. Особых болей не было, но я пошла к врачу. Анализ крови онкомаркеров не дал. Было лето, и доктор предположил, что я переела фруктов. Через год стало совсем худо. Но и тогда кровь ничего не показала. Опухоль в верхней части желудка нашел заведующий эндоскопическим отделением онкобольницы Сергей Владимирович Кашин. Без него, думаю, не нашли бы: в эту зону сложно забросить зонд.

Знакомые мне часто задают вопрос: «Когда узнала диагноз, не плакала, головой о стену не билась, не спрашивала, за что жизнь наказала?» Нет. Не плакала, не боялась. Страдать было некогда. На дворе конец августа. За два дня мне нужно было собрать дочь в школу, устроить сына в аллергосад и лечь на операцию.

Когда я вошла в палату, вся такая лучезарная, у всех поднялось настроение, никто не поверил, что у меня рак. А я тогда просто решила не сдаваться, надеяться на лучшее. Две недели, пока меня готовили к операции, мы с «однопалатниками» смотрели позитивные фильмы и строили планы на будущее. Мы и сейчас созваниваемся и убеждаем друг друга, что все будет хорошо.

После операции меня выписали домой с одной третью желудка. Чувствовала себя скверно. Ела, как младенец, протертую кашу по чайной ложечке. При росте чуть больше 160 сантиметров похудела с 53 до 42 килограммов. Сил почти не было, но я заставляла себя ходить. Сидела на кухне на

диванчик и потихоньку чистила картошку, готовила обед. Детей ведь надо кормить... А они еще не знали, что у меня рак и я могу умереть. Сейчас уже знают. Помогают мыть пол, носить тяжести. Но им все равно кажется – мама будет всегда.

Рак заставил меня переосмыслить жизнь. До болезни я, как все, бежала по кругу. Дом, работа, друзья. Торопилась много взять от жизни, все успеть, быть не хуже других. Рак сказал «стоп»!

Разногласия с мужем у меня начались еще до болезни. Но мы оба ни за что не решились бы на развод, так и тянули бы лямку брака до конца. В больнице появилось время на размышления, и я осознала, что иду по жизни с чужим человеком. Расстались мы легко.

Ушел страх потерять работу. Сейчас у меня 2-я группа инвалидности. «Рабочая». Но шансы найти работу нулевые, так как никакой работодатель не согласится с тем, что каждые два часа мне нужно «забрасывать» в желудок теплую, протертую пищу. К тому же у меня случаются приступы, во время которых я от боли катаюсь по полу. Тогда меня спасает Бетти, наш йоркширский терьер. Она ложится мне на живот, и боль стихает.

Я больше не боюсь держать дома животных. Кроме собаки у нас живут красноухая черепаха и волнистые попугаи. Аллергии у детей на них больше нет. А ведь когда у сына открылась тяжелая аллергия, педиатр велела избавиться от кошки. Она жила у нас восемь лет, была настоящим членом семьи. Я пыталась отдать ее в добрые руки, а люди не брали. Думали, кошка отдается из-за того, что пачкает в доме. Врачи стали угрожать отобрать сына. Я испугалась и решилась на усыпление нашей любимицы. Нашла ветеринара, «казнь» назначили на утро... Но произошло чудо! Вечером нашлись ей хозяева! Когда мы расставались, наша Машка плакала как ребенок. А я была счастлива: она будет жить!

Я больше не боюсь остаться без денег. Моя пенсия с детскими пособиями всего 11 600 рублей. Из них 6 тысяч ежемесячно уходит на лекарства. Денег не хватает катастрофически. Мне помогают родные сестры, родители, друзья. И я не сижу без дела. Когда я работала в кадастровом центре, подруга зовала меня на курсы изготовления букетов из конфет. У нее увлечение сошло на нет, а я загорелась. Стала делать подарки для друзей. Когда лежала в роддоме, мне подруга нашла первый заказ на букет на день рождения. Я сделала тогда большущий букет, стоил 700 рублей. И пошли заказы. Я даже группу в соцсетях организовала. Сейчас увлечение кон-

фетными букетами прошло. Пришла мода на чайные домики. Их я тоже научилась делать.

Я теперь мало чего боюсь. Человек может все, главное – идти к цели. А я себе цель поставила: не допустить рецидива. И в этом главный двигатель для меня – дети. Их нужно вырастить, накормить, одеть, дать образование. Бывает, утром чувствуешь себя хуже некуда. Берешь себя за шкуру и говоришь: «Ну что стонешь?» Улыбнешься, подкрасишься, возьмешь сына – и в садик. Солнце на улице или хмарь, снег или слякоть – мне все хорошо. Я рада каждому дню...

Хочу быть полезным

Владимир, 72 года. Рак предстательной железы, 4-я стадия

Мне не взять приз в номинации «Как я победил рак». Повезет, если войду в шорт-лист больных с пятилетней выживаемостью. Но это не значит, что я сдаюсь. Американский психолог Элизабет Кюблер-Росс выделила пять стадий, через которые проходят онкобольные: отрицание, гнев, торг, депрессия и принятие. Я их тоже прохожу. Может, не совсем так и не в том порядке.

Когда моих знакомых настигал рак, я думал: «Со мной такого не будет». Я редко болел, мысленно благодарил родителей за хорошее здоровье и даже в своем солидном возрасте пренебрегал профосмотрами. Это было такое отрицание заранее.

Но рак пришел. Когда я впервые почувствовал боль, решил терпеть. Через несколько месяцев боль стала невыносимой, но и тогда я отменял все мысли об онкологии. Думаю, так пренебрегают здоровьем многие мужчины. К врачу меня потащила жена. Когда доктор сообщил, что рак зашел слишком далеко и операция невозможна, мне захотелось предостеречь других мужчин от моей ошибки. Я позвонил всем близким и рассказал, как важно ежегодно сдавать анализ на ПСА (простатический специфический антиген).

Серьезность моей ситуации подтвердила комиссия по инвалидности. Я думал, мне дадут рабочую группу, а меня списали совсем. Пришлось уволиться из университета, где я преподавал математические дисциплины. Я засел дома и предался тяжелым размышлениям. Однажды зашел на кухню, чтобы помочь жене. У нее же что-то варилось, жарилось, пеклось. Она попросила не мешать. Сказала это спокойно, совсем как всегда, но я заплакал. Я стоял в коридоре и плакал, как малыш. А жена не знала, как утешить, и звонила дочери. Так я понял, что близок к депрессии. А это хуже некуда. Я решил не раскисать и быть полезным, насколько хватит сил.

В университете не было преподавателей на мои предметы, и я стал бесплатно вести студентов до тех пор, пока мне не найдут замену. Я взял на себя часть домашних дел. Если раньше я мог отказаться сходить в магазин, то теперь иду с радостью.

И я совсем не прохожу стадию торга. Я не подбрасываю монетку в надежде, что она упадет «решкой» и болезнь уйдет. Я не торгуюсь с врачами и исправно лечусь. Я не ищу лучшей доли – не обращаюсь к знахарям, не еду в столицы в так называемые экстра-клиники по раку, а доверяю врачам, которые рядом. И я не ропшу на судьбу. Ведь человеку дается все, что положено: ни больше, ни меньше. Наверное, это и есть стадия принятия. Я живу и надеюсь многое успеть. Я еще смогу насладиться снегом и зеленью травы, подарить любовь родным и написать пару-тройку статей в научные журналы.

Записала Елена СОЛОНДАЕВА

Фото из соцсетей

ПОМОЩЬ

Спасите ЖИЗНЬ!

Приглашаем вас принять участие в сдаче крови

Донором крови может быть дееспособный гражданин в возрасте от 18 лет, прошедший медицинское обследование и не имеющий медицинских противопоказаний для сдачи крови.

Противопоказания

– абсолютные: наличие ВИЧ-инфекции, вирусных гепатитов, сифилиса, туберкулеза, болезней крови, онкологических заболеваний, малярии, тяжелых заболеваний внутренних органов.

– временные: удаление зуба (10 дней), нанесение татуировки (1 год), ангина, грипп, ОРВИ (1 месяц с момента выздоровления), менструация (5 дней), аборт (6 месяцев), прививки (в среднем 10 дней).

На сдачу крови при себе необходимо иметь паспорт с регистрацией в г. Ярославле или Ярославской области не менее 6 месяцев и СНИЛС.

В целях социальной защиты доноров крови на месте проводится единовременная денежная выплата (компенсация обеда) в размере 532,00 рубля.

В соответствии со ст. 186 Трудового кодекса РФ в день сдачи крови донор освобождается от работы, а также обеспечивается дополнительным днем отдыха, который оплачивается по среднему заработку и может быть использован в течение года после дня сдачи.

Прием крови в Ярославле осуществляется по следующим адресам:

– ГБУЗ ЯО «Областная станция переливания крови»: Тутаевское ш., 95в, тел. (4852) 54-03-45, прием доноров: ежедневно, кроме субботы и воскресенья, с 8.00 до 11.30;

– Отделение заготовки крови № 2 (на базе больницы им. Н.В. Соловьева): ул. Загородный сад, 11, тел. (4852) 25-12-45, прием доноров: вторник, четверг с 8.00 до 12.00.

КОРОТКОЙ СТРОКОЙ

Диспансеризация. В наступившем году диспансеризация населения, проходящая в России с 2013 года, продолжается. Перечень обследований, которые проводятся в ее рамках, составляется на основе списка наиболее вероятных заболеваний, которые могут развиваться у каждой возрастной группы. В 2019 году под диспансеризацию попадают люди, родившиеся в 1920, 1923, 1926, 1929, 1932, 1935, 1938, 1941, 1944, 1947, 1950, 1953, 1956, 1959, 1962, 1965, 1968, 1971, 1974, 1977, 1980, 1983, 1986, 1989, 1992, 1995, 1998 годах.