

Ілона Буц-Мироненко

Магістралі

Алевтині, без якої нічого б не вийшло

Від автора

Ми гуляли невеликою компанією в моєму рідному місті Канів. В однокласника Сашка було двоє братів — Максим і Влад. Влад у тогочасній компанії мені подобався найбільше. Він був худенький, симпатичний і тихий. Не розповідав сороміцькі анекдоти й чемно поводився. Жив Влад у Києві і лише іноді приїздив на вихідні до Канева.

Якось я зайшла до нього на сторінку «В контакті» і побачила свічку (традиційний знак вшанування пам'яті померлого), залишену там Сашком. Перша реакція — це якийсь дурнувятий жарт, дуже-дуже чорний гумор. Але ж так не можна робити! Розгнівана, я запитала в Сашка: «Що це означає?». І отримала відповідь: «Він помер». Та ні, помирати можуть лише прадідусі та бозна-хто ще, але не сімнадцятирічний Влад!

— Як?

— Відмовили нирки. Хочеш попрощатися,

приходь на похорон.

Пам'ятаю небагато. Знайшла потрібну хату. Юрба жінок. Вони вже виплакали все, що могли, і стояли сумирно. Привіталася. Батьки мене не знали. Зайшла в хату. Поклала біля «Влада» дві гвоздики. Але це вже був не він. Обличчя посиніло й набрякло до непізнаваності. Влад — худесенький і молодий. Цей — розпухлий та ніби постарілий. Я не асоціювала його з Владом і в моїх спогадах — це не він. Надворі зустріла його двоюрідну сестру Віку. Зазвичай у неї рум'яне кругленьке обличчя, обвите грайливими кучериками. Та зараз навіть кучері не додавали краси. Їй потрібно було виплакати.

У повсякденному житті я не курю, але часом маю в кишені пачку цигарок — про всяк випадок (пробач, мамо). Тоді в мене така була. Не пам'ятаю, хто з нас сказав: «Хочу курити!».

От ми вже в іншому кутку вулиці. І єдине, що я можу зробити для Віки, — це вислухати. Не можу сказати: «Не плач, заспокойся» або бовкнути дурницю на зразок «Добре, що в тебе є ще інші брати». Це все не те. Я можу лише слухати й чую: «Останній раз ми бачилися дуже давно. Він обіцяв, що тільки-но звільниться, приїде до мене погуляти. Він обіцяв, він обіцяв (схлипує), він обіцяв...»

Так, Влад дав обіцянку, яку не зміг виконати...

Я повернулася в редакцію. Тоді ще працювала у газеті «Дніпрова зірка». Шеф попереджав: «Не надто переймайся там» (ще ж треба було працювати того дня!). І мені здавалося, що не надто переймалася, бо тієї ж хвилини, як відчинила хвіртку та вийшла, все почало здаватися сном, от тільки блузка, в якій ходила (сіренька із чорним мереживом), відтепер асоціюється лише з мертвим сімнадцятирічним Владом.

За обідом у редакції шеф промовив щось на кшталт: «Це — несправжня смерть. Люди не гинуть у сімнадцять через відмову нирок або в шістнадцять від зупинки серця на стадіоні»... Тоді я не зовсім збагнула, що він мав на увазі. А тепер розумію: єдиною бідою Влада було те, що він народився в Україні. В розвинутих країнах його точно врятували б. Збагнула шефові слова до кінця лише у 2017-му, коли й вирішила написати про це...

Вступ

Спочатку книжка задумувалась як історія одного пацієнта. Він мав бути таким собі героєм: змагатись і не здаватись, водночас розчулювати і спонукати людей хотіти йому допомогти. Після щемних спогадів я планувала навести експертні думки та можливі варіанти розв'язання проблеми. Тож почалися пошуки. Розміщені в інтернеті

повідомлення не дали результату. Я роздрукувала оголошення про пошук героя в кількох примірниках і вирішила повісити його у відділеннях гемодіалізу.

Шукаю героя

КОГО: людину, яка зіткнулася з проблемою необхідності пересадки органа (нирки чи печінки) і не боїться розповісти про це.

НАВІЩО: ситуація, коли знайти донорський орган в Україні практично неможливо і люди мусять збирати кошти на дороговартісну закордонну операцію, просто алогічна. Хочу привернути увагу громадськості до вашої проблеми та посприяти її розв'язанню.

ЯК: планую глибше розібратися в темі й написати про це книжку, та не зможу цього зробити без вашої допомоги. Моя історія буде виглядати штучно й надумано. Саме тому я й шукаю людину, щоб описати реальну життєву ситуацію.

ЩО БУДЕ ДАЛІ: якщо ви вирішите посприяти розв'язанню проблеми, я обіцяю вас вислухати, підтримати, поставити необхідні запитання. Буду завжди на зв'язку. Якщо ви захочете залишитися анонімом, поважатиму ваш вибір і зміню ім'я. Я готова провести з вами багато часу, щоб вислухати всі проблеми, з якими вам довелося зіткнутися (і медичного, і фінансового, і

психологічного характеру). Готова поговорити з членами сім'ї та лікарями, щоб скласти якомога повнішу картину. *Людина, яка погодиться на це, допоможе українцям уникнути проблеми відсутності донорських органів для порятунку життів. Я вірю, що разом ми зможемо змінити ситуацію на краще. Телефонуйте або пишіть повідомлення на номер (097) 55 99 030 (Ілона). Відповім усім.*

Знаходжу в інтернеті адреси відділень гемодіалізу. Одне з них у Київській міській клінічній лікарні № 3, що по вул. Петра Запорожця. Корпус вдалося знайти відносно легко. Медсестри не ставили зайвих питань.

— Вибачте, як знайти відділення нефрології та гемодіалізу?

— Обійдіть наш корпус ліворуч і рухайтесь вздовж нього. Праворуч буде п'ятиповерхова будівля. Там воно і є.

Заходити довелося через приймальне відділення. Там була величезна черга, стояти в якій не було сенсу. Тож я запитала в медсестри, як можна поговорити з кимось із відділення гемодіалізу. «Підніміться на четвертий поверх», — порадила вона.

У коридорі потрібного поверху якийсь лікар із фонендоскопом на шиї розмовляє з вагітною

жінкою. Кілька секунд спостерігаю, а потім наважуюся запитати:

— Вибачте, ви випадково не з відділення гемодіалізу? Я журналістка, мені потрібно з кимось поговорити. Я нічого поганого не хочу написати. Лише поставити кілька запитань.

— Знаю я вас, журналістів. Ще жодного порядного не бачив. Всі ви так кажете, а потім як понаписуєте... То до керівництва. Ось Едуард Костянтинович по телефону розмовляє, до нього йдіть.

Від директора центру гемодіалізу Едуарда Костянтиновича Красюка мене відділяє кахель і напис «Без бахіл не заходити», поруч із ним крутиться медсестра. Жестом прошу її підійти:

— Мені треба поговорити з вашим керівником буквально кілька хвилин.

Директор зайнятий, просить зачекати, потім виходить до мене. Коротко пояснюю, що шукаю людину, яка погодилася б розказати про те, що їй потрібна нирка.

Він уважно слухає та обіцяє допомогти. Звідкись з'являється завідувач відділення. Директор віддає мої роздруківки йому, просить передати пацієнтам. Я пояснюю ситуацію ще раз.

— Тільки ж точно передайте, — завершую свій короткий монолог (мене не полишає відчуття, що папірці відразу ж полетять у смітник).

— Та ви подивіться на нього, хіба йому можна не вірити? — киває на завідувача директор, а той на вигляд й справді дуже милий, такий собі добряк. Хоча це мене не дуже заспокоює.

Але принаймні добряк дав мені свій номер. Тож тепер я зможу тероризувати його дзвінками.

Через деякий час моя героїня обізвалася... Але процес вніс свої корективи, і я зрозуміла, що історій буде кілька. Когось я знаходила через оголошення про допомогу, когось — в інтернеті, а хтось знайшов мене сам.



Частина перша Незламна п'ятірка

1. Лана¹

Моя хата скраю, першим ворога зустрічаю.
Українське прислів'я

¹ Ім'я змінено на прохання героїні.

Кінець червня. Третя година дня. Сонце палить безжально. Сьогодні я вперше зустрінуся з Ланою. Я чекаю її біля корпусу міського науково-практичного центру нефрології та гемодіалізу Київської міської клінічної лікарні № 3. В руках тримаю букет троянд у крафтовому папері. Продавчиня, загортаючи його, здивовано сказала: «Вони пахнуть. Не повірите, але нас, продавців, уже легко здивувати трояндами, які пахнуть». Так, я навіть з-за прилавку відчула їхній аромат.

У голові рояться думки: «Як вона себе почуватиме?», «Раптом я ляпну щось не те...», «Невже це вона? Вона що, курить?»

На порозі з'являється дуже мила дівчина — і я відразу розумію, що це Лана. Вона дуже маленька й тендітна. Карі очі, коротеньке каре, правильні риси обличчя та посмішка з ямочками на щічках. Мініатюрне все: вона сама, а також речі, що має із собою, — наплічник і подушка. Та є в очах щось таке, що відразу дає зрозуміти: перед вами стріляний горобець. Коли бачиш її поставу й погляд, то мимоволі виникає думка, що допомога тут потрібна не їй, а мені. Ми довго гуляємо та розмовляємо, вона дуже часто посміхається й дякує мені, що взялася за цю тему. Крім двох пластирів на руці, нічого не нагадує про те, що вона тільки-но вийшла з лікарні після тригодинного сеансу гемодіалізу.

«Чому вона погодилася на це?» — довго думаю, а потім запитую.

— Усі кажуть: хай хтось, але не я. Я так не вважаю. Кілька років тому діаліз відмінили, та лише невелика частина хворих вийшла до Верховної Ради протестувати, а більшість лишилася вдома. Чому? Це ж їхнє життя. У таких, як ми, рахунок йде не на тижні, а на години: не отримав вчасно сеанс діалізу — і все...

«Холодова алергія»

Лані було тринадцять, коли вона помітила невеличкі червоні плямки на ногах. Вони розходилися поміж пальцями рожевуватими дугами. Не свербіли й не турбували, та про всяк випадок дівчина показала їх мамі. Вирішили поїхати до лікарні, аби пересвідчитися, що все гаразд. Жила сім'я в невеличкому місті однієї з південних областей.

Годинник повертав на зиму. Дерев майже оголились, і вітер зривав останні пожовклі листочки. Один із них зачепився за вікно автівки. Лана його спокійно розглядала. Вона не звикла хворіти та лежала в лікарні лише раз — влітку з ангіною, тож була певна, що це ненадовго й уже ввечері родина повернеться додому.

Переповнені коридори, довжелезні черги,

побитий кахель і пошарпані стіни — звичні реалії державних українських лікарень у 90-ті роки минулого століття.

— Це холодова алергія. Потрібно пролікувати, тож дівчинка лишається в нас.

Лана не звикла скаржитись і залишилася без зайвих умовлянь. Їй було призначене лікування антигістамінними препаратами. Щоправда, вже за кілька днів терапії аналіз крові виявив підвищений білок. Це насторожило лікарів, і дівчинку перевали до відділення нефрології обласної лікарні.

— Гострий гломерулонефрит², — оголосив діагноз лікар. — Ваша дівчинка нічим нещодавно не хворіла?

— Влітку перенесла ангіну.

— Це може бути наслідком. Навантаження на нирки, до того ж антибіотики, якими її лікували, могли позначитися. Не хвилюйтеся, це — невеличке запалення, що зазвичай швидковиліковується в дитинстві та в дорослому житті рідко нагадує про себе. В її віці нирки ще формуються. Вона переросте — і все минеться.

Батьки зітхнули з полегшенням. Ще якийсь

2 Гострий гломерулонефрит- імунно-запальне захворювання з переважним ураженням клубочкового апарату нирок.

час після того дівчинка здавала аналізи. Всі показники були в нормі.

Магістралі

Золота медаль. Випускний вальс. Вступ до столичного вишу. Після першого курсу, щоб трохи підзаробити на літніх канікулах, Лана їде з подругою до Криму. Там вони влаштовуються офіціантками. Працюється добре, вистачає часу й на купання в морі. От тільки надвечір у Лани набрякають литки, та це й зрозуміло: цілий день на ногах. Зранку все минає, та тривожні здогади переслідують дівчину. «Ниркові набряки так швидко не минають», — заспокоює вона себе. Літо спливає, й Лана повертається до Києва. Про всяк випадок вирішує перевірити нирки. Шукає інформацію в інтернеті... І от уже піднімається сходишками Інституту нефрології НАМН України.

На здивування Лани після провінційної лікарні, де вона бачила лікаря раз на кілька днів або не більше 10 хвилин під час ранкового обходу, київська нефрологиня виявилася дуже уважною. Щиро здивувалася, що Лана й досі не стояла на жодному обліку. Аналізи підтвердили хронічний гломерулонефрит першої стадії.

— Бережи себе, не будь довго на сонці, — завваживши бронзову засмагу, сказала лікарка. —

Не хочу тебе залякувати, але в нас тут є діалізні зали. Якщо є бажання, то подивись, як люди там лежать... Ти ж не хочеш поруч з ними опинитися?

Пробігаючи коридором, дівчина зазирнула до діалізного відділення. Лікарське застереження спрацювало. Вигляд хворих не на жарт перелякав Лану. Довгі прозорі магістралі, якими рухається кров. Пищання апарата. Безнадійні вирази облич людей. Сірі стіни палати, до якої вони прив'язані видимими довгими нитками. Раз по раз виникали думки: «Чи можуть вони розмовляти? Напевно, ці люди ледь губами ворухать», «Вони ж, мабуть, нормально ходити не можуть», «Та це ж не люди, а ходячі трупи»... Картина лишилася перед очима надовго, і Лана з усіх сил намагалася дотримуватися дієти, займатися спортом і робити все можливе, аби тільки не приєднатися до них.

* * *

За кілька років Лана зустрічає майбутнього чоловіка. Майже відразу в них виникають довірливі стосунки. Минає кілька місяців, і дівчина повідомляє хлопцеві про свою хворобу. Він ставиться з розумінням, підтримує, невдовзі вони одружуються.

Проходячи повз дитячий майданчик, Лана все частіше задумується про власне маля. Лікарка

говорить, що результати аналізів й обстежень дозволяють народити дитину, та є одне але: «Навіть для здорової жінки вагітність — це подвійне навантаження на нирки, у тебе ж вони можуть відмовити».

Вдома чоловік відмовляє Лану: «Ти мені потрібна жива та здорова. Якщо є ризик тебе втратити, то навіщо така вагітність?»

* * *

Двадцять п'ять років. Ювілей. Святковий торт і бажання бути здоровою. Черговий аналіз. Креатинін — 180 мкмоль/л³. Лана розуміє, що хвороба починає брати гору. Лікарі втішають, що ниркова недостатність не може швидко розвинутися, проте помиляються...

Лана частіше почувається втомленою, інколи, проїхавши ліфтом, захитується. Минає кілька місяців, і креатинін в її крові сягає рівня 700–800 мкмоль/л.

— Потрібен діаліз, — кажуть лікарі. — Хоча... можливо, хтось пожертвував би тобі нирку?

³ Креатинін — амінокислота, що синтезується в печінці з аргініну та гліцину. Норма вмісту в крові для жінок становить 53–97 мкмоль/л.

Лана не звикла ділитися з батьками деталями невтішних аналізів або жалітися на погане самопочуття. Тож новина звалилася їм як грім на голову. І вони навперейми почали пропонувати свої нирки.

Спочатку навіть не хотіла думати про це, але бажання дізнатися більше про живе донорство взяло гору.

Дівчина вмикає комп'ютер. («Я не можу забрати орган у рідних батьків. Ні. Однозначно ні. Вони не винні в тому, що сталось, я не можу ризикувати їхнім здоров'ям»).

Відкриває браузер і в пошуковому рядку вводить «життя донора після трансплантації». Висвічується шведський⁴ бюлетень, де детально описані можливі ризики для донора, його емоції, почуття, обмеження після операції та подальший спосіб життя. Довго вивчає матеріали, врешті-решт вимикає світло, лягає в ліжко та крутиться, не знаходячи собі місця («Операція з трансплантації не впливає на тривалість і якість життя донора»).

Повертається з боку на спину («Операція з нефректомії безпечна настільки ж, як видалення апендициту»).

Зі спиною на живіт і згортається калачиком

⁴ Див. додаток 3.

(«Спеціалісти ніколи не ризикнуть здоров'ям донора. Якщо в одній нирці буде невеличка кіста, але вона нормально функціонує, то візьмуть «гіршу», а повністю здорову залишать донорові»).

— Може, справді варто спробувати? — промовляє пошепки Лана сама до себе і нарешті засинає.

* * *

Минає кілька місяців, і батьки Лани приїздять до Києва на обстеження. Виявляється, що нирки мами забирати ризиковано. Тато ж може стати донором.

Операція обійдеться подружжю в 150 тис. грн. Лана з чоловіком переїжджають жити до його батьків, економлять і збирають необхідну суму.

За день до хірургічного втручання дівчині призначають першу дозу імуносупресантів⁵. Організм чинить опір: тіло палає, паморочиться голова. Годі й думати про що-небудь. Навіть хвилюватися не виходить.

Мов у тумані, Лана відходить від наркозу в реанімації. Довкола неї зібрались і щось бурмочуть лікарі. Їхні голоси зливаються в суцільну доріжку

⁵ Імуносупресанти — препарати, що пригнічують імунітет.

звуків. Лікар бігає з якимось приладом і періодично натискає ним у різних місцях. Ці доторки спричиняють гострий біль, який час од часу пробуджує Лану. У ці моменти вона чує уривки фраз: «Кровотоки в нормі... все є... чому там немає сечі?». Коли ж Лана врешті опритомніє, то все налагодиться: нирка запрацює.

Наступні два тижні дівчина з татом перебували в лікарні. Батька турбували болі, донька ж насолоджувалася самопочуттям, адже вже встигла звикнути до частоті слабкості чи захитування. Лана думала, що це — її нормальний стан. Нова нирка (хоч і ненадовго) подарувала повноцінне життя. Вперше за багато років дівчина почала їсти зі справжнім апетитом. У неї з'явилася легкість у грудях і просвітлили думки.

Чотирнадцять днів промайнули швидко й настав час повертатися додому — нового, ледь не стерильного. Пересажену нирку потрібно було берегти як зіницю ока, а пригнічене імуносупресією здоров'я — ще більше. За рекомендацією лікарів подружжю довелося позбутись усіх квітів у горщиках, тому що в ґрунті живе чимало бактерій. Надвір слід було виходити у масці. Не можна відвідувати громадські місця. Лана ставилася до цих обмежень як до мізерної ціни за чудове самопочуття.

Перші два місяці дівчина жила мов у раю.

Вона з чоловіком не ходила до торгово-розважальних центрів і кінотеатрів, але багато гуляла в парку поруч із будинком. Лана дотримувалася всіх порад лікарів, та їй не вдалося уникнути одного зі звичних ускладнень після операції — через приймання імуносупресивних препаратів загострилася цитомегаловірусна інфекція⁶.

Одного вечора в жінки незначно підвищилася температура (приблизно 37 °С). Вона відразу ж зателефонувала лікареві та поїхала здавати аналізи. Трансплантолог запевняв, що інфекцію можна подолати за два тижні. У Лани ж лікування тривало майже рік. Вірус майже вдалося подолати, але через токсичність противірусних препаратів погіршилися аналізи крові: впав гемоглобін, лейкоцити фактично були відсутні. Лікарі вирішили відмінити терапію, та щойно Лана припиняла пити ліки, як відбувалося загострення вірусної інфекції. Почалися гойдалки: медики намагалися балансувати між імуносупресантами і противірусними ліками. Вловити баланс на цих гірках не вдавалось, і Ланин рай повільно почав перетворюватися на пекло. Вона

⁶ Цитомегаловірусна інфекція — інфекційна хвороба з групи герпесвірусних інфекцій, яку спричинює цитомегаловірус.

знову забула, як це, не відчувати слабкість, фактично звикла жити з підвищеною температурою й, напевно, тому навіть не зрозуміла, що щось пішло не так...

Одного вечора стовпчик термометра піднявся до 39 °С. Це було занадто для цитомегаловірусу, і Лана знов опинилась у лікарні. Медикам знадобилося чимало часу, щоб дізнатися причину. Тим часом дівчині ставало дедалі важче дихати. Вона пройшла флюорографію. Дослідження засвідчило, що легені чисті. Та стан не покращувався, і дівчині зробили КТ⁷ усього організму. Саме воно й виявило ураження обох легень. Це була пневмонія, проте визначити її природу лікарі так і не змогли. Найбільше боялися, що причиною став цитомегаловірус, а такий вид пневмонії лікувати найскладніше. Знімки показали пульмонологам, та й вони лише знизували плечима. Тож вирішили боротися одночасно і з бактеріями, і з вірусами. Уже за три дні температура нормалізувалася. За чотири — дівчина почала нормально дихати. Але татова нирка не витримала такого напруження й усе гірше очищувала кров.

⁷ Комп'ютерна томографія (КТ) — метод дослідження внутрішніх органів із використанням рентгенівського опромінення.

Лікарі сподівалися, що з часом вона відновиться.

Протягом двох тижнів тіло Лани набрякло: нирка перестала виводити воду. Показники крові погіршилися так різко, що було навіть пізно формувати фістулу⁸. Біопсія засвідчила вірусне ураження нирки. Для того щоб терміново очистити кров, Лані вставили підключичний гемодіалізний катетер. Уражену нирку вирішили видалити.

Перед нефректомією дівчина проходила кілька сеансів гемодіалізу в Національному інституті хірургії та трансплантології ім. О. О. Шалімова. Одного дня до діалізної зали привели студентів-інженерів із Національного авіаційного університету, які незабаром стануть розробниками апаратів «штучна нирка». Хлопці відразу зблідли. Один із них — худий і високий — не на жарт перелякав дівчину та весь персонал, коли знепритомнів і падаючи, вдарився головою. Його ще довго приводили до тями...

Операція пройшла швидко та майже безболісно. Доки два місяці визрівала фістула, Лані довелося жити з підключичним катетером. Якщо дні минали відносно спокійно, то ночі вона боялася: щойно намагалася заснути, як здавалося, що

⁸ Артеріально-венозна фістула — пряме з'єднання артерії з веною для проведення гемодіалізу.

катетер її задушить. Дівчина не могла заплющити очі, бо відразу починалися жахіття, бракувало повітря й здавалося, що задихається.

Та після того, як пекельні дні минули, Лана почала звикати до життя на гемодіалізі...

Жменя черешень чи ложка смаженої картоплі?

Запашний борщ із реберцями, голубці, вареники, присмачений олією салат зі свіжої городини — традиційна українська кухня. Переважно все це для людей із хронічною нирковою недостатністю — зась. Навіть зайва жменька черешень може стати останньою, адже в ній міститься калій, який виведеться з організму тільки з наступним сеансом діалізу.

Дрібка смаженої картоплі або черешня, помідор чи кухлик води — рутинний вибір діалітичних хворих. Лише коли пацієнт лежить на сеансі діалізу, то може собі дозволити скуштувати в прямому сенсі заборонений плід, бо попереду ще дві години, аби всі шкідливі продукти вимилися з крові.

Сусідка Лани по лікарняному ліжку дістає із сумочки бажаний помідор. Це один із найбільш калієвмісних продуктів. Спочатку нюхає його, відчуває аромат сільського городу, де жила її бабця. Згадує, як дідусь кришив великими скибками салат

і додавав туди побільше цибулі. Страва настоювалася: смаки й запахи овочів спліталися між собою, утворюючи неповторний аромат. Дівчина ще раз вдихає та врешті зважується відкусити. Тонка цівка бризкає на постіль поруч із магістралями. Життєдайний сік, солодкуватий присмак і дрібне насіння, — усе це створює в роті дівчини дивну гармонію. На жаль, аби повністю відтворити ностальгічний смак сільського салату, бракує солі. Та дівчина не наважується його присолити, адже такий буденний для більшості з нас ритуал може вартувати їй життя.

У Лани немає подібних проблем. Вона дозволяє собі дрібку черешень, небагато свіжих овочів та фруктів. А якось у неї виникло нестримне бажання з'їсти чипсів. Лише коли вже півпачки опинилися в шлунку дівчини, вона здогадалася прочитати склад і поживну цінність. На душі похололо, адже калію там вдсятеро більше, ніж у забороненій черешні. А солі — втричі більше, ніж можна вжити на тиждень. Та нічого страшного не сталось, і наступного дня діаліз вимив усе зайве з її організму.

Відтак Лана почала дозволяти собі трохи більше. Тсс. Це таємниця, але інколи вона навіть купує собі гамбургер у «МакДональдз». Просить не солити котлету, солоний огірок викидає у смітник — і насолоджується смаком забороненого сандвіча.

При собі у телефоні про всяк випадок має табличку харчової цінності продуктів. Звичний додаток, адже їсть Лана за цифрами. Дівчина знає: якщо перебрати з калієм, то спочатку з'явиться втома в ногах, потім загальна слабкість, і врешті вона знепритомніє. При перших симптомах необхідно терміново їхати на діаліз, проте не завжди людей вдається врятувати. Дехто не встигає дістатися до лікарні, а хтось помирає вже на сеансі, бо апарату потрібен час, аби вимити надлишок небезпечного елемента.

Хворим, в яких нирки перестали виводити рідину, можна випити лише 500 мл води на день, враховуючи й ту, що потрапила в організм із їжею. Якщо Лана дозволить собі більше, то відразу з'являться набряки.

Поступово підрахунки вмісту речовин у продуктах стають рутиною. Однак таблиця харчової цінності продуктів не всім дається так само легко, як Лані. Часом дівчина стає свідком того, як до центру потрапляють нові пацієнти. Нерідко діагноз звалюється на них як грім із неба. Річ у тім, що часто хвороби нирок минають безсимптомно, і лише раптові набрязки та аналізи крові свідчать, що щось не так. Уже підключені до апарату, вони потрапляють на «лекцію» лікаря про те, як потрібно харчуватися. Але інформації так багато, що одним вухом слухають, другим випускають. Тим паче що

часто в них не встигає минути шок від раптово поставленого діагнозу.

У відділенні гемодіалізу Лана зустрічала різних пацієнтів. Дехто себе дуже жаліє, вважає, що це кінець, життя припинилося. Звісно, таке ставлення позначається і на самопочутті, і на лікуванні. Є люди бадьорі. Ті, хто хоче жити, береже себе, слідкує за харчуванням. Є й такі, котрі думають: «Скільки там того життя? Не буду собі ні в чому відмовляти» — й нормально почуваються до певного часу. Дехто приходить на діаліз у віці старше 60 років і вважає, що життя вже прожито...

* * *

Лікарі-трансплантологи та фахівці відділення гемодіалізу стали близькими людьми для Лани. У будь-якій ситуації вона телефонує їм і отримує професійну консультацію.

От тільки хворі на ниркову недостатність — це звичайні люди, не захищені від інших хвороб... Якось Лані потрібно було звернутися до гінеколога, вона навіть мала направлення. Та лікарка настільки перелякалася, що зачинила двері й відмовилася її прийняти.

* * *

Дівчина вірить в те, що ситуація в нашій країні зміниться і можна буде дістати трупну нирку тут. Незважаючи на жахи, пережиті у зв'язку із загостренням інфекції, вона налаштована на ще одну операцію. Тож думає про те, де і як заробити 30 тис. євро на операцію за кордоном. Вона знає, що потрібно добре пролікуватися в інфекціоніста, проконсультуватися з лікарями щодо «виживання» наступного трансплантата, проте впевнена: якість життя з пересадженою ниркою для неї в рази вища, ніж на гемодіалізі.

Прогулюючись парком, Лана поглядає на змучені й спрагли до дощу київські озерця та мріє про море, якого не бачила кілька років. Подумки вона чує його шепіт, а перед очима стоїть срібляста піна. До моря Лану кличе ще одне: на півдні живе її близька подруга, стосунки з якою вона пронесла крізь роки та відстані.

На жаль, поки що ця мрія для Лани нездійсненна. Місце для діалізу бракує навіть у Києві, що вже говорити про південь... За кордоном курорти з діалізними місцями — поширена практика, та коштів у Лани на це немає.

Вона вважає себе в якомусь сенсі щасливицею, адже попри хворобу рідні не відвернулися від неї, а навпаки, дають їй можливість почуватися повноцінною людиною.

Етикет для чайників

Чи знайоме вам те всепоглинаюче роздратування, що викликають питання на кшталт: «А ти вже заміж вийшла?», «А яка в тебе зарплата?» тощо. Такі неприємні ситуації трапляються і з людьми, в яких хворі нирки.

Одного разу Лану поклали в палату разом зі старенькою жіночкою. Та не втрималася від коментарів: «Ой, така молода і вже на діалізі. Це ти сама винна! За собою не слідкувала, швендяла, мабуть, деінде...». А потім почала розповідати про тарганів у лікарні та продовжувала свій монолог доти, доки не довела дівчину до сліз.

Якщо у вас є хворі знайомі, то ось кілька порад щодо того, як ввічливо запитати їх про самопочуття і про що краще не говорити.

1. Якщо знаєте, що не зможете допомогти ані фінансово, ані морально, проте хочете просто з *цікавості* дізнатися про якісь нюанси, то краще *не запитуйте*. Елементарні ввічливі формули на кшталт: «Як почуваєтеся?», «Як здоров'я?» — будуть доречні, а от зайві розпитування та прискіпування до деталей, імовірно, лише роздратують співрозмовника. Враховуйте й те, наскільки ви близькі. Якщо малознайомі та випадково дізналися про хворобу свого колеги,

далекого родича чи просто знайомого, не вдавайтесь у деталі. Напевно, людина не готова вам відкритись, а розпитування будуть не проявом турботи, а жестом неввічливості.

2. Не звинувачуйте. Для того щоб краще зрозуміти людину, спробуйте подумки поставити себе на її місце.

Так, наприклад, колеги Лани не завжди тактовно розмовляли з нею і намагалися відверто нав'язати свою думку. «Треба кудись їхати, щось робити. Чому ти не шукаєш лікарів за кордоном? Чому сидиш тут? Наші лікарі нічого не знають. Їдь до Ізраїлю чи в Німеччину». Вони не задумувалися про те, що тут у неї своє життя, в чоловіка — робота, а на лікування за кордоном потрібні великі гроші...

3. Зайвий раз не нагадуйте про хворобу. Люди, котрі мають проблеми зі здоров'ям, хочуть почуватися повноцінними членами суспільства. Якщо ваша розмова не стосується хвороби, то краще не нагадувати людині про неї, щоб не зіпсувати настрої.

4. Не пророкуйте жахливе майбутнє. Краще дати людині конструктивні поради, можливо, застерегти від якихось неправильних дій, аніж розповідати жахіття про жіночку, котра померла на діалізі або знепритомніла, з'ївши жменю черешень.

5. Поважайте право людини не розповідати

про особисте. Не напосідайте. Якщо вона ввічливо дала зрозуміти, що розпитувати далі не варто, припиніть це робити. Не ображайтеся, коли людина щось не договорює: кожен має на це право.