

АНТОН
БУСЛОВ

МЕЖДУ ЖИЗНЬЮ И СМЕРТЬЮ



РАССКАЗ ЧЕЛОВЕКА,
КОТОРЫЙ СУМЕЛ
ПРОТИВОСТОЯТЬ БОЛЕЗНИ

CoRpus

“ Побеждает тот, кто привык
отвоевывать у своей судьбы
каждый день и каждый час.

THE
НОВОЕ
NEW TIMES
ВРЕМЯ

WWW.NOVOTIME.RU



Антон Буслов

**Между жизнью и смертью.
Рассказ человека, который
сумел противостоять болезни**

«Corpus (ACT)»

2014

Буслов А.

Между жизнью и смертью. Рассказ человека, который сумел противостоять болезни / А. Буслов — «Corpus (ACT)», 2014 — (100%.doc)

Об Антоне Буслове стало известно благодаря интернету – из его собственных блогов и статей на разных сайтах. О нем узнали, когда он еще был жив, когда боролся с болезнью, когда ему собирали деньги на лечение. Поражались его смелости, неукротимому желанию не просто побороть болезнь, но и оставаться в строю – в каком бы состоянии он ни был. Увы, болезнь оказалась слишком жестокой. Лимфому, казалось, удалось победить, но опухоль мозга оказалась роковой. Антона не стало. Но остались полные веры в человека, в его силу духа тексты, которые теперь собраны в книгу.

УДК 821.161.1-94
ББК 84(2рос=Рус)6-44

Содержание

Часть первая, аутологичная	7
Финита ля комедия	7
Итак, дамы и господа, у меня рак	8
ЕАСОРР-14	10
Выживаемость	11
О медицине	13
ДНАР. Первая госпитализация	15
А вами психологи занимались?	17
А жизнь классная штука	18
ВЕАМ, ТКМ. Высокодозная химиотерапия и первая трансплантация	21
В другой больнице	23
Будьте предельно осторожны, когда загадываете желание	24
Ночь в реанимации	27
Свой – чужой	28
О помощи, сердобольстве и инвалидстве	29
Окажите мне честь стать моей вдовой	31
О профилактике простудных заболеваний	32
Хочешь забрать мое место?	34
Метрономная терапия	35
Право быть убитым на Родине	37
Часть вторая, аллогенная	38
Пусть Буслов Антон поживет подольше!	38
Некоторые результаты вчерашнего дня	41
У нас получилось!	44
Марокко и Нью-Йорк	45
Брентуксимаб	47
Конец ознакомительного фрагмента.	49

Антон Буслов

Между жизнью и смертью.

Рассказ человека, который сумел противостоять болезни



В настоящем издании использованы материалы, впервые опубликованные в журнале *The New Times*.

Буслов, Антон.

Уважаемые друзья! Это я. У меня такие новости – с вероятностью 99 процентов на следующей неделе я буду в холодном полумраке морга. А еще через неделю – в ярком жарком пламени крематория. Мы договорились и спланировали с Машей, что у нас будут двое детей следующим летом. Спасибо за поддержку, что вы мне оказали. Без нее мне было бы гораздо сложнее. Еще раз спасибо! С такими друзьями можно думать о будущем.

17 августа 2014 года, 18.03

Нью-Йорк, Пресвитериан госпиталь

“Лучше хоть немного знать хорошего человека, чем не знать совсем”. Так Антон сказал мне в мае 2014-го.

Когда мы познакомились в 2008 году, я даже не могла представить, что наша совместная жизнь будет такой жуткой, страшной и одновременно прекрасно счастливой, полной любви и чувства, что ты не один, что твой лучший друг всегда с тобой и вместе вы можете перевернуть этот мир.

Жаль, что мы никогда не ценили времени, которое соединяло нас двоих. Антон старался успеть везде и всегда, работа стояла у него на первом месте. Он любил ее, наслаждался ею. Я восхищалась им, его целеустремленность побуждала и меня двигаться дальше.

Каждое утро, которое мы не могли провести вместе, я думала: “Будет еще время – у нас еще вся жизнь впереди”. Будут и дни рождения, и очередной Новый год, и просто воскресное утро, когда никуда не надо торопиться, а можно оставаться в компании самого близкого человека и болтать с ним о чем угодно... Но это не сбылось. В 2011 году Антону поставили диагноз “рак”, и сначала я не поверила этому. Просто не могла поверить, что жизнь так издевается над нами. Мы хотели пожениться, повидать весь мир, мечтали о детях. Но все мечты перечеркивал страшный приговор врачей.

Антону, конечно, пришлось еще труднее. Он старше, он со своей дотошностью, стремлением во всем дойти до самой сути, Наверное, прикинул различные варианты развития событий. И, тем не менее, не сдался, он верил, что вместе мы все это преодолеем.

И я верила в него. Хотя никогда не верила в силу врачей, всевозможные прогнозы и циклы химиотерапии. Я верила только в него, в своего любимого человека, который сможет преодолеть неимоверно трудный путь. Потому, что он МОЖЕТ.

Наша жизнь изменилась: в нее вошли постоянные визиты, а то и путешествия в клиники, к различным врачам, повседневностью стали сеансы химиотерапии и еще много чего. Изменилось и отношение некоторых людей ко мне. Многие говорили мне, что я дура, поскольку связалась с раковым больным, что гублю свою молодую жизнь и так далее.

Какие странные люди! Разве можно было в нашем случае поступить иначе, оставить близкого человека один на один с его страшным диагнозом? Человек не становится другим, когда ему объявляют печальный приговор. Да и вообще, какая разница? Да, это сложно, но ничего особо страшного тут нет. Жизнь вообще сложная штука. Главное, быть с нужным тебе человеком, и тогда ничего страшного не случится.

Так я думала тогда, в 2011 году. И еще надеялась, что это все ненадолго. Трудности быстро закончатся, мы вернемся к обычной жизни. Но я и представить не могла, каким изматывающим, разрывающим душу и сердце станет последующий путь...

Маша

Какой голливудский фильм про раковых больных ни посмотри – все главные герои, узнав о своем диагнозе, начинают жить заново. Кто-то впадает в крайности, кто-то с женой разводится... Мы с онкопсихологом обсуждали, кто и как реагирует на свой диагноз. И вышла такая картина: лучше всего, точнее, правильнее всего, реагируют те, у кого и до этого была бурная и насыщенная жизнь. Сдаются те, кто не был уверен в себе и не был уверен в том, что эта жизнь чего-то стоит.

Выходит, что лучшей защитой и лучшей стратегией в отношении рака является обычная, простая и прозрачная мысль: надо жить! Да, дамы и господа, надо просто сказать себе: я буду жить. Вот весь секрет и борьбы, и лечения. Побеждает тот, кто привык отвоевывать у своей судьбы каждый день и каждый час.

Побеждает тот, кому рак дает стимул и причину начать жить в полный рост и всерьез. Удивляет, почему люди не в состоянии понять это, начать бороться за свои идеи, радоваться и волноваться за свою жизнь, когда ей ничего не угрожает?

7 июня 2013 года

Часть первая, аутологичная Пока мы одни

Финита ля комедия

Ну, что же... Сегодня “скорая” увезла меня в больницу. Теперь я болею в ее приветливых стенах. Поскольку никто не знает, чем же я болею, поместили меня в закрытый бокс, что меня вполне устраивает. Собираясь на больничную койку, я забыл взять тапочки, но зато взял ноутбук – так что теперь в нормальной рабочей обстановке думаю закончить документы по транспортному планированию значительно быстрее. Меня продолжает немного беспокоить температура, а врачей серьезно беспокоят лейкоциты в моей крови – они в два раза превысили план по своему присутствию. В остальном чувствую себя неплохо (видимо, потому что еще не видел ужина).

Сразу захотелось рассказать что-нибудь веселое и хорошее о больницах. Я в этих заведениях бывал нечасто, а вот моя сестра как-то промучилась там изрядное количество времени. Когда мы были еще маленькими детьми, она довольно долго лежала там после операции. А детям в детской больнице детей-пациентов навещать нельзя. И чтобы обойти этот запрет, меня маскировали под больного прямо в холле больницы. Меня там перебинтовывали, и в таком виде я поднимался к сестре. Вахтерша на входе считала перебинтованных местными и пропускала безо всякого.

Сестра рассказала тогда, как отходила после наркоза. После него – голова дурная, слух включается не сразу, а зрение затуманено. Приоткрыв глаза, сестра увидела, что все вокруг белое – и простыни, и потолок, между которыми просто не было видно границ. А поскольку слух еще не включился, то не было слышно и звуков. Все вокруг белое и тишина. “Так значит, вот она какая – жизнь после смерти!” – проклюнулась первая мысль. Но держалась она недолго – в поле зрения сестры появилась рука с вилкой, на которую был наколот огурец. Потом появилась вторая рука и забрала вилку.

Такой абсурдной жизнью после смерти быть не могла, поэтому сестра напряглась и начала различать звуки. Оказалось, что просто с двух сторон от нее, ожидая ее пробуждения от наркоза, сидели отец с матерью. А так как время было обеденное, то они тратили его с пользой для желудка. Вот такие дела... О! Принесли таблетки. Есть все-таки польза от больницы... А там, может, и покормить не забудут.

3 января 2011 года

Итак, дамы и господа, у меня рак

В декабре у меня поднялась температура до 38,6 °С.

Ну, мало ли, всякое случается. Тем более – кашель. Врачи принялись лечить меня от простуды и, что характерно, вылечили. Но только на три дня. Потом снова был кашель и температура, правда, уже под сорок. И ведь опять вылечили! На те же три дня. Так что когда я в третий раз вызвал врача, кашляя в трубку и жалуясь на высокую температуру, ее душа не выдержала, и она срочно госпитализировала меня в московскую инфекционную больницу № 2.

Если верить карточке, поступил я к ним в состоянии средней тяжести. Было это 3 января. На волю меня выпустили 20 января, опять-таки согласно карточке, в состоянии средней тяжести. Между этими двумя датами были 17 дней неправильного лечения и робкой диагностики, результатом чего стали убитая антибиотиками микрофлора кишечника и подозрение на рак лимфатической системы.

С раком особенно не шутят, я и вовсе оказался не расположен с ним шутить, так как температура в 38,6 °С вместе с кашлем у меня как были, так и остались. Поэтому, преодолевая себя, я направился в Онкологический центр РАМН на Каширском шоссе.

Диагностировать меня начали так стремительно, что в первые пять минут, глядя на КТ-снимки легких, исключили глупость, альтернативную раку, на которую всерьез планировали обследовать меня в течение еще двух недель. Так что диагноз, поначалу расплывчатый, с каждым днем обретал все более конкретные очертания.

Итак, дамы и господа, у меня рак лимфатической системы. Попросту говоря – злокачественная лимфома. А если быть совсем уж точным, то на данный момент удалось верифицировать, что это болезнь Ходжкина, у меня сильно поражены узлы средостения, надключичные и шейные узлы. Все обстояло бы много лучше, если бы эта дрянь не поразила также корень и легочную ткань верхней доли левого легкого. То есть, если вернуться к языку медицинской науки, у меня II стадия с отягчающими буквами ВЕ. Как мне пояснили врачи, без этих буковок было бы четыре курса простой химиотерапии, а так будет шесть и очень жесткой. Потому что каждая такая буква сильно ухудшает прогноз.

Но и лечить меня пока, к моему огромному сожалению, нельзя. Нужно точно определить тип лимфомы – их бывает еще пять подвидов. Для этого нужна не просто пункция из лимфоузла (таковых мне сделали семь, из которых только две оказались удачными), а нужен сам лимфоузел. В моей карте уже имеется направление в стационар на операцию.

Это, вопреки первоначальным иллюзиям, оказалась не совсем пустяковая операция, а нечто такое, что необходимо делать под общим наркозом, а после этого еще три дня буквально ползать по стенке. Как мне сказали, мне перережут глотку. Кроме того, возьмут пункцию костного мозга (говорят, это очень больно – придется проверить) и сделают радиологический анализ костей – наверное, буду светиться в темноте. И вот только когда все это сделают, а полученные данные обработают, можно будет начать лечение.

Готов ли я к этому? Думаю, любой человек, у которого второй месяц температура держится от 38,6 °С до 39⁰ С, скажет, что он целиком и полностью готов даже на то, чтобы ему ввели в вены яд и облучили – лишь бы помогло. По крайней мере, я готов. Запомнилось, как я впервые спросил у врача, насколько у меня все серьезно, а она ответила: “Да ну, все это уже лечат, некоторые даже детей после этого имеют!” Она онколог, она понимает верно акцент на слове “даже”, а я пока обыватель – мне его трудно соотнести с самим собой.

Ладно! Давайте перейдем к позитивным новостям. Даже лежа в инфекционке (там мне было куда хуже), я продолжал бороться за отмену запрета на фотографирование в метро Казани и Екатеринбурга. Это не говоря о работе по Самаре! Такого не делалось десятилетиями.

ями, и я без преувеличения могу сказать, что готовятся колоссальные качественные изменения в работе транспорта. Это наконец-то реформа, а не фикция. И чтобы помогать умным и хорошим людям проводить эту реформу, я должен быть бодр, весел и подвижен. Поэтому после операции, как только врачи дадут хотя бы денек, я, несмотря на температуру, полечу в Самару заниматься важными делами, которые нельзя делать заочно и нельзя отложить.

Кроме того, важные и нужные дела есть на работе. Я по-прежнему хожу туда каждый день, потому что нет ничего хуже безделья. Мы продолжаем заниматься космосом, причем, к моей радости, сейчас тематика расширяется – надо будет решать не только задачи по космическим приборам, но и делать более широкие функциональные системы на современном уровне. Это совместная работа с НАСА, это работы по МКС, это еще один новый российский проект, который пока не стоит “светить”... И все это надо делать и сделать, в том числе, весной. Кроме того, надо наконец подготовить и защитить диссертацию. Много дел – болеть некогда.

Да и еще, через некоторое время я буду совсем лысым. Давно хотелось такое над собой учинить, но как-то рука не поднималась и не было повода. Теперь, волею судьбы, повод появился. Словом, как бы там кому ни хотелось, я – выживу!

1 февраля 2011 года

Трепанобиопсия – взятие кусочков костного мозга и костной ткани для гистологического исследования.

Конечно, то, что думаю я о трепанобиопсии, существенно отличается от того, что о ней думаете вы. Скорее всего, потому, что мне ее только что сделали.

Как чувствует себя человек, покидающий кабинет после “трепана” (так его ласково называют врачи)? Он чувствует легкость – и это потому, что из него капает кровь, а тело становится легче. Я заметил кровь уже в палате, потому что она промочила насквозь и наложенную повязку, и надетую сверху кофту. Трепан... Трепан – покровитель творчества, ведь пока его делают, нельзя не петь. Люди одаренные, я думаю, поют, мне же удавалось только подвывать.

Врачи просили: “Ты только не дергайся”, а я отвечал: “Никогда”, и снова “пел”. А еще за не такую уж и долгую процедуру мы успели поспорить с врачами, что лучше петь на трепане. Я определил свое пение как песни бурлаков на Волге, а врачи хотели чего-то более эстрадного. И когда все подходило к концу (врачи в шприце крови и костного мозга искали только что отломанный кусочек кости, который хотели отправить на анализ), я понял, что трепанобиопсия прочищает мозг не хуже виски. Так что между двумя способами покалечить себе здоровье человек опытный несомненно выберет трепан.

И в плане отчета о не мной проделанной работе: во вторник состоялась операция под общим наркозом, мне удалили правый шейный лимфатический узел, чтобы досконально его изучить и назначить-таки лечение. Операция шла всего часок. Теперь, я надеюсь, можно будет по результатам всего этого переходить к лечению.

11 февраля 2011 года

ЕАСОРР-14

Первая химиотерапия

Сегодня начался первый курс химии, рассчитанный на 14 дней. Утром мне поставили три капельницы – в сумме они дают своеобразный эффект похмельного синдрома. В таблетках были выданы натулан и медрол, но эффект их действия мне определить сложно. Стоит еще сказать о сопутствующих лекарствах. При химии еще требуются: противорвотное всех видов, препараты для защиты желудка, лекарства для вывода продуктов распада, плюс, учитывая мои особенности, еще таблетки от возможной инфекции и для поднятия гемоглобина.

По итогам первого дня – волосы на месте. Тяжелый желудок к вечеру. Но бодрость никуда не делась – дни слабости впереди.

Спустя пару дней наступила дикая сонливость. С самого утра. Встал – хочу спать, сделал капельницу, пошел на работу – хочу спать. В итоге поехал домой – лег спать. Проспал три часа, проснулся и снова хочу спать. Не знаю, как будет завтра.

Четвертый день – хочу спать и есть все подряд. А в остальном – нормальный вроде бы человек. Капельниц нет, а таблетки – мелочи жизни.

На пятый день, впервые за три месяца, у меня нормализовалась температура. Единственное, что начались изменения вкусовых рецепторов. Сперва заметил по кока-коле – у нее сменился вкус. Потом на других продуктах.

На восьмой день получаю винкристин. Его колют в вену, быстро и удобно. Были прогнозы, что после этого лекарства я буду ползать по стеночке и хотеть спать, но я сделал тысячу дел. Так что день, вопреки опасениям, прошел отлично.

От лейкостима так болят кости, что не смог ехать сдавать кровь. Вечером срочно потребовалось обезболивающее, так как от боли подкосились ноги и я не мог ходить.

Четырнадцатый – день отдыха, единственный за курс. Утром скушал обезболивающее, а так – шикарный день.

Второй курс.

На девятый день окончательно выпали все волосы на голове, кроме ресниц и бровей. Утром встал – посмотрел в зеркало и смахнул бороду с усами. Потом смыл душем остатки поросли на голове.

Тринадцатый и четырнадцатый дни – сделаны МРТ всего тела и КТ грудной и брюшного: опухоли уходят, 100% эффект терапии. Врачи приняли решение о начале третьего курса.

Третий курс.

Все прошло без особых приключений.

Четвертый курс.

Все прошло штатно. В конце курса ездил с братом в Киров и Воронеж.

Пятый курс.

В первый день прошел утром КТ. Потом откапал курс. К вечеру температура поднялась до 38,4 °С. Врач назначила новый антибиотик. Сказала, что я третий за последний час, кто звонит ей с этой проблемой.

15 марта – 10 июня 2011 года

Выживаемость

Вам доводилось в поисковой строке Яндекса добавлять к своему запросу слово “выживаемость”? Искренне надеюсь, что нет. Мне приходилось, и я хорошо знаю, какое чувство при этом испытываешь. Дома у меня теперь много инструкций к сильным антибиотикам, у которых в графе “постмаркетинговый опыт” сообщается о случаях летального исхода от их применения. Впрочем, страшилки фармацевтов скорее уверяют в надежности препарата: “Ну, если от него и помереть можно, а мне прописали, значит, наверное, сильная штука – поможет!” Мне же пока не помогает.

На фоне иммунодефицита, вызванного пятью курсами химиотерапии, мой организм схлопотал для полного счастья еще и двухстороннюю пневмонию. Когда говорят, что это – смертельно опасное заболевание, не обманывают. Но его все же лечат достаточно успешно. Иммунодефицитное состояние же существенно осложняет мою ситуацию – лечить человека без иммунитета очень сложно. Поэтому я ищу статистику выживаемости не по раковым заболеваниям, с которых все начиналось, – ее я уже нашел. И знаю, что дело осложнит то, что я не начал вовремя шестой курс химиотерапии. Я ищу выживаемость при пневмонии, осложненной иммунодефицитным состоянием, я ищу описание ее течения, варианты лечения, чтобы завтра иметь возможность понимать врачей и задавать им вопросы по существу. Ведь завтра, вероятно, меня госпитализируют.

Перечитал написанное и чувствую – просто как честный человек, – я обязан был умереть после этого. Самое забавное, что вчера все к тому и шло. А сегодня много лучше. Постмаркетинговый антибиотик по 400 рублей за ампулу оказался весьма действенной штукой. А поскольку с местами в больницах всегда проблемы, пользуясь случаем, буду долечиваться дома. Ура!

11 мая 2011 года

Страшно не найти своего человека в жизни. Но еще страшнее – найти, а потом бояться его потерять. Тогда, в 2011-м, мне многие говорили: “Зачем ты остаешься с ним? С больным раком?” Я никогда не понимала и сейчас не пойму этих людей. Своих в беде не бросают, а помогают им преодолевать трудности.

Тогда, в 2011-м, Антону только поставили диагноз, и ему предстояла первая серия химиотерапии. Мне было тяжело. Но не оттого, что я думала – сейчас Антон умрет. А оттого, что мне казалось: его будут мучить какими-то изощренными медицинскими процедурами и препаратами. В моем тогдашнем представлении слово “химиотерапия” было сродни слову “пыточная”. Я ведь никогда не сталкивалась раньше с таким и не знала, чего же следует ожидать.

Жаль, что не поделилась тогда этими мыслями с Антоном. Думаю, он бы еще год смеялся над моими домыслами. На деле же все оказалось гораздо проще: несколько капельниц и куча таблеток. Я, конечно, была рада, что все так просто.

Мы составили схему-план для приема таблеток дома, чтоб ничего не забыть и не перепутать. И в целом лечение не доставляло трудностей. Конечно, выдавались дни, когда Антон плохо себя чувствовал и ему нужен был отдых. Я ходила в аптеку практически каждый день. Но в целом наша жизнь не изменилась. Все продолжалось как раньше. Просто добавились капельницы и лекарства.

В те дни, когда он чувствовал себя хорошо, мы гуляли, ходили в кино, словом, все было по-прежнему. И в любые дни Антон продолжал работать. Редко когда он позволял себе пропустить работу.

Единственное, что меня напрягало в то время, – лысина Антона. Мне очень нравились его идеально черные волосы. А ему его новоиспеченная лысина понравилась, потому что в нормальной жизни на такое не всегда можешь решиться.

И, да, мы верили в успех. Конечно, самый первый месяц было трудно. Привыкали к таблеткам, к капельницам, постоянным посещениям врача и особенно – к ослабленному иммунитету. Но простые шесть букв “ЕАССОР” обещали успех. И мы верили. И с нетерпением ждали лета, чтобы услышать заключение: “Рак ушел”. Но, к сожалению, этому не суждено было сбыться. И тогда, когда можно было бы сдаться и сбежать, мы решили – будем бороться до конца!

Маша

О медицине

Мне всегда казалось, что увлечения – это полезно. Мне кажется, хорошо, когда они из разных областей и не пересекаются совершенно. Я, например, начинал с астрономии. Это было ужасно давно, но в итоге вылилось в разные забавные штуки, в которые даже поверить трудно.

Например, мне довелось нажать кнопку в системе управления радиотелескопом РТ-70. Это был итог определенной работы, а сигнал, посланный радиотелескопом, дойдет до адресата в июле 2047 года. То есть шутка получилась с продолжением. Ну, еще довелось кое-что сконструировать, кое-что написать, кое-кого обучить, а потом в течение года обеспечивать выполнение целевых функций космическим аппаратом на околоземной орбите.

Затем нагрязнул транспорт. Но, конечно, не сразу. Еще было сочинение рассказов-миниатюр, коллекционирование фотографий памятников Ленину, однако в плане практической пользы человечеству они ни во что не вылились. Так вот – транспорт. Сперва в Воронеже. Там, если кратко, местные власти добивали трамвай и троллейбус. Благодаря определенным усилиям удалось их убедить троллейбус сохранить и даже начать восстанавливать. Вернуть трамвай помешал экономический кризис. Так что пока эта задача – лишь инвестиционный проект, согласованный с губернатором, министром транспорта, министром регионального развития, РЖД и так далее. Впрочем, о Воронеже и его электротранспорте скоро выйдет шикарная книга Владимира Пащенко и Романа Фомина, в которой будет написанный мной отрывок о том, как и что делалось для спасения транспорта¹.

Но я все-таки вернусь к медицине...

Раньше я болел как-то по-дилетантски. Гриппом, например, или там ветрянкой. Я, было дело, три раза “ломал” себе шею, но ее быстро вправляли на место. Мастерства я набрался, когда заболел раком. Правда, при этих словах у большинства прослеживается какая-то нездоровая реакция. Мои хорошие знакомые и друзья, в отличие от большинства, глядя на мою лысую макушку первый раз, начинали весело смеяться. Да что там, врач-онколог, которая меня ведет, тоже посмеялась, сказав: “Наконец-то у тебя опрятная прическа!”

Поэтому я решил, что надо организовать выход годного. Лечение рака сопряжено с кучей мероприятий, разнесенных по времени, но требующих ювелирного соблюдения сроков, пропорций и так далее. В то же время от химии развивается такой склероз, что можешь забыть, как тебя зовут. И это уже проблема. А врач мне выписывала назначения на ста отрывных бумажках, к ним добавлялись дни, когда надо делать капельницы, сдавать кровь, получать подкожные уколы. Ну, в общем, не буду вас грузить, скажу, что я решил помочь и себе, и врачу, плюс еще братик сильно помог.

Все просто. Не нужно ста листочков. И все 30–40 таблеток в день глотаются вовремя. Я сверстал таблицу, в которой были расписаны все таблетки на неделю и можно было удобно отмечать выпитые. Получившееся я отнес врачу-онкологу, и ей понравилось. Пришлось внести несколько правок, но уже на следующий день такие листочки пошли другим пациентам. Потом они пошли еще и в большую науку, в частности к доктору медицинских наук, которая и разработала соответствующий протокол лечения. Она мне сказала, что удобная штука получилась и что она отнесет ее в онкоцентр к заведующему отделением на предмет утверждения и внедрения.

Сестра недавно порекомендовала мне приятнейший сериал. “Во все тяжкие” называется. В центре истории школьный учитель химии Уолтер Уайт, который узнает, что болен раком легких. Учитывая сложное финансовое состояние семьи, а также перспективы (жена

¹ Книга “Трамвай и троллейбус в Воронеже” вышла в 2013 г.

Уолтера беременна вторым ребенком, а у сына – детский церебральный паралич), главный герой решается на аферу по приготовлению наркотика. Глядя, как он проходит химию, я прям локти кусаю – очень ему моей бумажки не хватает. А вообще сериал живенький, в значительной степени показывает проблемы рака. Например, тема сочувствия окружающих раковым больным раскрыта здорово.

На днях меня разметили под лучевую терапию. Теперь на мне стоят три точки, а к ним привязана трехмерная система координат, в которой будет работать прибор. Как мне объяснили, метод лечения был вычитан пару недель назад в свежем немецком журнале – там его очень хвалили. Его на мне и опробуют. Светить будут большой дозой по опухолям, малой дозой по всем имевшимся ранее очагам. Надеюсь, что в журнале не было опечаток – он выходит не так часто, и если о них напишут в новом номере, то мы узнать не успеем. В любом случае точки, а точнее перекрестия, мне было велено подновлять раствором фуорцина. Так что на мне медициной поставлено целых три красных креста. Стираются они как-то очень активно, поэтому я хочу сходить к врачу, чтобы уточнить, разрешит ли она сделать на этих местах татуировки. Мне не терпится предложить нашей медицине еще один инновационный метод.

Как я уже говорил, у меня обнаружилась лимфома Ходжкина, проще говоря, рак лимфатической системы. Меня пытались вылечить полихимиотерапией по курсу *EACOPP-14*, проведя шесть курсов 1-й линии химиотерапии. В некотором смысле это помогло – опухоли частично распались, многие исчезли. Но, увы, свежая КТ показала, что опухоли снова пошли в рост... То есть начался ранний рецидив болезни, в общем, одна из худших ситуаций (хуже только отсутствие ответа на лекарства).

Поэтому врачи приняли решение о проведении 2-й линии химиотерапии по курсу *DHAP* с последующим проведением высокодозной химиотерапии с аллогенной трансплантацией костного мозга. Это значит, что примерно два месяца мне будут проводить химиотерапию в условиях стационара, чтобы разрушить оставшиеся опухоли. Затем кровь подвергнут фильтрации, выбирая из нее стволовые клетки. Есть шанс, что собрать их не смогут, тогда просто заберут костный мозг как есть... После чего шарахнут высокими дозами химиотерапии, уничтожив лимфатическую систему полностью. Вместе с ней я потеряю весь иммунитет, потому буду пребывать в чистом боксе. Затем мне начнут возвращать костный мозг, выращенный из стволовых клеток, забранных ранее. Это займет около месяца. Каковы шансы на успех, сказать трудно, так как все – вопрос вероятностный. Но в целом для моего случая вероятность успеха (под ним понимается пятилетняя безрецидивная выживаемость) порядка 60 процентов. Вероятность отбросить копыта составляет 2 процента, вероятность, что лечение не поможет, 8 процентов.

Таким образом, около трех месяцев я проведу в стационаре. 10 августа меня госпитализируют в РОНЦ им. Блохина РАМН. Я не намерен прекращать работу, и вообще-то для этого первое время будут условия – ноутбук и мобильный интернет. В чистый бокс, боюсь, меня со всем этим барахлом уже не пустят – но в нем и не надо быть долго. Так что все проекты, которые я веду, я твердо намерен продолжать и доводить до разумного завершения. Новую работу буду брать в зависимости от общего состояния. Дмитрий Игоревич Азаров² недавно сказал, чтобы я выздоравливал и что я нужен Самаре. Ну а если я нужен кому-то, то это уже важное подспорье для поиска сил на выздоровление. Спасибо всем.

3 июля 2011 года

² Во время описываемых событий Азаров был мэром Самары.

ДНАР. Первая госпитализация

Российский научный онкологический центр им. Блохина сейчас располагается в Москве по адресу: Каширское шоссе, 23. Для него в 80-х годах был построен грандиозный комплекс зданий. И глядя на его архитектурные решения, я вдруг понял, что архитектор вдохновлялся произведением Джорджа Лукаса. Всякий, кто будет проходить или проезжать мимо, может заметить мотивы “Звезды смерти” в здании башни онкоцентра. А взглянув случайно на план пожарной эвакуации, я удивился: кому пришло в голову повесить тут подробную схему имперского космического истребителя?

Внутри онкоцентра пытаются выжить очень странные люди – это я, главным образом, о врачах. Потому что большая часть пациентов, по-моему, приехала сюда не лечиться, а умирать. Недавно обсудил этот вопрос со здешней медсестрой – она согласилась с моим наблюдением, что тут почти всем пациентам психологически труднее, чем в любой другой больнице. Онкобольные становятся ужасно капризными, начинают выискивать у себя массу болезней, часто жалуются на здоровье просто на пустом месте.

При том что люди отправляются сюда на месяцы (столько длится химиотерапия), они зачастую не хотят занять себя делом, наоборот, перестают делать самостоятельно даже элементарные вещи. Я вот сразу разобрался, как менять и ставить капельницы, промывать катетеры и так далее... Теперь медсестры просто дают мне медикаменты. При нехватке медперсонала это, конечно, плюс. Другие пациенты зовут медсестер, чтобы просто сменить бутылочку капельницы.

Особый ужас – родственники пациентов. Они часто приходят сюда не к больным, а “к умирающим”. Атмосфера активного сочувствия пронизывает все, перерождаясь в душливую атмосферу всеобщей скорби. Причем чем дальше провинция, из которой прибыли пациент и родственники, тем сильнее у них настрой на смерть.

Ситуация усугубляется состоянием самого здания, палат, оборудования. Например, я сейчас после химии нахожусь в палате только для того, чтобы исключить мой контакт с возможными вирусами, бактериями, грибами, сквозняками, которые так опасны человеку с иммунодефицитом. При этом из крана не добьются горячей воды (да и была бы вода – условий, чтобы помыться с катетером, нет), в санузле колонии грибка покрывают все, что можно, а сквозь щели в окнах и стенах дует ветер. Правда, администрация и персонал делают все возможное, чтобы это исправить – в онкоцентре идет непрерывный ремонт, но ситуация пока очень сложная.

Такое положение дел – во всей системе лечения онкологических заболеваний в нашей стране. У нас есть чудесные, опытные врачи и отличные ученые. Но у нас нет системы здравоохранения, которая позволила бы онкологическим больным лечиться, а не “доживать”. В региональных онкоцентрах все существенно хуже, чем в столице, потому что там не хватает квалифицированных специалистов. Зачастую люди приезжают в Москву уже “залеченными” по неверным схемам и почти всегда крайне поздно – когда упущено время для эффективной помощи. Некоторые региональные онкоцентры, по сути, являются хосписами. А система квотирования на высокотехнологичную медицинскую помощь устроена так, что срочное лечение начинается с большим опозданием.

Если будет время, попробую направить руководству РОНЦ ряд предложений по поводу того, как оздоровить эмоциональный климат в учреждении и какие меры можно принять без существенных затрат. Не думаю, что их примут, да они пока и не сформулированы точно. Но я бы обязательно предусмотрел средства на то, чтобы перекрасить “Звезду смерти” в розовый, оранжевый и желтый цвета. Я почему-то уверен, что это повысило бы выживаемость. Пока что я разработал памятки для пациентов – их уже используют.

Ноутбук для меня в больнице важнее еды – на нем я работаю. А если я не могу работать, то впадаю в беспокойство и начинаю искать иные точки приложения сил. Вот свежий пример: со мной в палате лежит сосед – профессор. Он создал целую научную школу, у него много учеников, защитивших докторские, он был проректором уважаемого вуза, много лет занимается нефтью и газом. Ему 74 года. В больнице он шутит с медсестрами и пишет книгу на ноутбуке. Но так как в вопросах газопроводов, газокompрессорных станций и подземных хранилищ газа он гуру, а в вопросах по программе *Word* – нет, у него иногда возникают проблемы. И вот однажды, опять впав от безделья в беспокойство, я стал помогать профессору в его войне с *Word*.

Через пару часов удалось найти все главы его книги, сохраненные в разных местах жесткого диска, собрать их воедино, расставить по нужным местам. Я рассказывал профессору о хоткеях, а он мне о перекачке газа. Потом я ему – об одноместных вертолетах и микроптерях, которые можно было бы использовать для диагностики трубопроводов, а он мне – об инвестиционной программе “Газпрома”. В общем, он меня правильно понял – вскоре мои вертолетные знакомые уже созванивались с “Газпромом”...

26 августа 2011 года

А вами психологи занимались?

В юности я с упоением читал книги Владимира Леви по психологии. В одной из них был такой тезис: “Почему люди считают нормальным ходить на профилактический осмотр к стоматологу, но ни в какую не посещают психолога? Ведь душа и чувства человека гораздо сложнее, чем его зубы”. Так что буквально с юности я все думал, что надо бы показаться специалисту. На пути к этому была одна проблема – я привык ходить к врачу, когда есть на что жаловаться. Ну, там рука болит или кашляю... А что я скажу психологу? “Знаете, я тут читал Леви...”

Так я и мучился, пока они сами ко мне не пришли. Когда я лежал в онкоцентре имени Блохина, мне капали обычный курс химиотерапии. Как оказалось, к нему в виде бонуса прилагались онкопсихологи: эти ребята там занимаются научной деятельностью. Так что мой лечащий врач предупредила – ко мне подойдет специалист, задаст пару вопросов, необходимых для статистики. День X настал, и ко мне подошла девушка, предложила посидеть в коридорчике и пообщаться.

Мне для науки ничего не жалко. Онкопсихолог начала меня опрашивать по стандартной схеме, пытаясь выяснить, как я переношу такое бремя, как рак. Буквально за пару минут выяснилось, что переношу я его нетипично хорошо и ни на что не жалуясь. А еще через пару вопросов я выдал фразу, что “в некотором смысле рак – это лучшее, что со мной случилось за последний год”. Тут психолог почувствовала, что я – ее клиент. То есть ценный статистический материал. Она мне так и объяснила, что люди, таким образом переносящие рак, – большая редкость, а потому ценность, и спросила, не соглашусь ли я ответить на развернутую анкету.

Я вам уже говорил – мне для науки ничего не жаль. Анкета была листов на пять, с кучей вопросов мелким шрифтом... Потом было интервью с онкопсихологом – ее заинтересовало, как я докатился до такой жизни. В результате она попросила меня уделить психологии еще немного времени, а именно встретиться с академиком РАМН, профессором и заслуженным человеком. К этой встрече мы готовились – это же настоящий мастодонт науки. Напутствием была фраза: “Вы только учтите, он очень старенький... То есть, если вдруг уснет, вы не обижайтесь, пожалуйста, просто он устает очень”. Дабы не было скучно ожидать, мне предложили справочник по онкологии 1980 года выпуска, я его немного почитал – было занятно. Профессор не уснул, наоборот, был очень бодр, вел беседу деликатно, но местами агрессивно. В итоге я отправил психоонкологу еще и свои рассказы – они ему зачем-то потребовались. Беседа, в общем, прошла душевно, а чем все это закончилось для науки, я даже не знаю.

27 мая 2012 года

А жизнь классная штука

Не первый раз мне приходится встречать пятницу, 4 ноября, в больнице. Второй раз. Первый случился 28 лет назад, правда, то не больница была, а родильный дом. Появился я на свет в будний день, после обеда, чем дал повод надеждам, что буду очень трудолюбивым или хотя бы более трудолюбивым, чем мой брат, родившийся ночью в выходной. Честно сказать, я мало что помню из такого далекого прошлого – просто знаю, что все прошло более или менее удачно, ведь мама и я остались живы и пребываем в этом статусе по сей день.

Однажды осенью, когда на улице Краснознаменной в Воронеже было полным-полно желтой палой листвы, мы стояли на остановке и ждали трамвая, а он все не шел. Я разглядывал листву – она меня занимала, да и сейчас занимает, если выпадает возможность ею пошуршать. Особенно в погожие осенние дни, когда над тобою синее небо и можно пройтись в парке по палой листве. Но тот день мне запомнился не этим. Просто люди, шедшие вдоль путей, сказали нам, что трамвая мы не дождемся – у него загорелся вагон. И мы с братом стали просить маму пойти посмотреть на горящий вагон. Но всего через пару минут его протолкал мимо нас другой трамвай. Ничего там особого не сгорело – выглядел он нормально, только гарью пахивал. Вот этот трамвай из детства – мое первое осознанное воспоминание.

В 2009 году в Воронеже было прекращено трамвайное движение. Последним действующим маршрутом был второй, проходивший по улице Краснознаменной. Движение трамвая хотели закрыть еще в 2006 году, но мне с группой энтузиастов удалось отложить это событие на три года. Я объединил “Воронежцев за трамвай” безо всяких знаний и опыта: с детства трамваи, связывающие воедино весь город, вызывают у меня искренний восторг. В 2009 году я работал над проектом развития легкого рельсового транспорта в Воронеже, который сейчас включен в число первоочередных проектов Минтранса России. Удивительно, но в нем есть и перспективная линия трамвая по улице Краснознаменной. Как тут не поверить, что жизнь циклична.

А еще я помню нашу новую квартиру. Точнее, тот вид из окна, в котором еще нет жилого микрорайона, а есть лес и закат солнца в нем. Помню еще, как я пытался сесть на колени к маме, а она не разрешила, сказав: “Сестру раздавишь!” Мне было непонятно, как я могу раздавить сестру, которой еще нет. А потом она родилась, и мы забирали ее из роддома на дедовой “копейке”. Так что пришлось делить с ней все, что у меня было, то есть в основном то, что перепало от старшего брата.

Зато я научился делать электропроводку для лампочек в кукольные домики, водопровод и фонтан из капельниц и даже газеты, набранные на “Электронике МС 0585” и напечатанные лучшим принтером всех времен и народов – “Роботроном”. Видимо, поэтому я всегда могу позвонить сестре и обсудить с ней какую-нибудь дурь. Она у меня молодец – училась на мехмате МГУ, потом выучила японский, затем корейский. Недавно, когда я лечился в онкоцентре, врачу потребовался перевод с японского, и меня попросили помочь. Сестрица все сделала. Такое вот моральное действие японского аниме на мозг человека.

А мой братик вообще мог сделать что угодно. Он же занес в дом компьютер. Началось все с кассетного магнитофона в качестве жесткого диска. Потом появилась “МС 0585”, позднее – “РС-386”. Я и сейчас помню страницу в компьютере, где рассказывалось про суперсовременную игру *DOOM*. Я смотрел на распечатку в газете и думал: “Какая обалденная графика! Как они такого добились?” А через некоторое время брат подарил себе на мой день рождения за деньги родителей книжку по программированию. Он старался учить меня жизни в большой семье. А еще как-то сказал мне важную фразу: “Выучи, что ли, *html* – потом меня научишь”. И я выучил.

Мой первый сайт родился в 1997 году, а в 1998-м он занял третье место на Всероссийском конкурсе “КидСофт”. Сайт посвящался астрономии, которая мне давно нравилась. Мне нравилось смотреть летом на небо. Как-то мы сидели с родителями, братом и сестрой у костра на берегу Дона и смотрели на черное-черное небо. Вокруг в траве роились светлячки. Ночь, рядом – высокий склон бугра. У нас была сушеная рыба, выловленная в Дону, и мы тихо пели песни без всякой гитары. Отец еще показывал всякие прелести на небе – например, спутники. Их, кстати, неплохо видно.

Мы с отцом как-то шли по улице, и я увидел обсерваторию. Мне сразу туда захотелось. Там я начал систематически заниматься чем-то полезным для собственного развития. Попытаться писать доклады, писать софт. Получалось так-сяк, но с одним из первых своих докладов я съездил в Москву, в МФТИ. Мы ехали туда с братом на электричках безбилетниками, потому что у нашей семьи не было денег на поездку в Москву.

В столице, кстати, все получилось отлично. А мы с братиком потом ездили еще на одну космическую конференцию – в Крым, в Евпаторию. Автостопом. Я-то ехал на конференцию, а он – просто в Крым. Я провел неделю в Коктебеле, на нудистском пляже в компании с парапланеристами.

А потом отправился на конференцию. Было классно – солнце, вино, которого с непривычки можно было напробовать на местных базарах допьяна. Да еще и первая любовь подоспела. Ну, положила руку на почки, конечно, не первая... Но уж точно – не последняя.

Мешала одна проблема: я жил в Воронеже, а она в Москве. И надо было что-то предпринимать, потому что писать стихи и рассказы, совершенствоваться в жанре лирического письма до бесконечности было невозможно. Я в ту пору с почти ненулевой вероятностью мог стать физиком. Но на доске объявлений у деканата прочитал о конкурсном отборе в Высшую школу физиков МИФИ-ФИАН. Из объявления я извлек только одну мысль – это в Москве, общежитием обеспечивают. И, придя домой, сразу сказал маме, что перевожусь в МИФИ. “А что такое МИФИ?” – спросила она. “Понятия не имею”, – честно ответил я.

Загвоздка была в том, что до окончания подачи документов оставалась всего неделя. А у меня в зачетке красовались старые грехи – четыре тройки. Было ясно, что конкурсный отбор с ними пройти нельзя. Надо было их пересдать, а также написать конкурсную научную работу... За неделю я все пересдал. И написал работу. И меня взяли в МИФИ. Уже следующей весной я приехал в общежитие и стал там жить. По будням я учился, а по выходным у меня было море любви. Это было хорошо, но не очень-то долго.

С Денисом мы учились в Воронеже в параллельных классах. Это именно он показал мне объявление у деканата. Как человек осторожный, Денис сперва отправил в Москву меня, а потом перевелся сам с потерей курса. Наверное, поэтому он уже кандидат физико-математических наук, а я – еще нет.

Моя диссертация объективно хороша, я горжусь той работой, которая была проделана мной. В МИФИ создавали первый российский научный спутник в интересах Академии наук. И так уж сложилось, что мне поручили заняться системой сбора, обработки и распределения данных. Суть проста – на спутнике много научных приборов, с них надо собрать все данные, получить их на Земле, распаковать, раскодировать, устранить ошибки, а потом отдать все пользователям. Пока занимались этой задачей, вспомнили, что этими приборами неплохо бы и управлять. Получилось, что управление и прием по целевой задаче доверили мне. Потом я понял: кто справляется – того и работа. Так что дальше было больше – документация, совещания, обучение дежурных смен и руководство ими, участие в главной оперативной группе управления. И рюмка водки, и тост в Центре управления полетами в день запуска аппарата. В ЦУПе на старте именно я представлял науку. Я был и на последнем заседании Госкомиссии по исключению аппарата из группировки.

Самара случилась со мной в 2005 году, кажется, в феврале. Помню, было очень холодно. Причиной всему был метрополитен – мне хотелось на него посмотреть. А вообще, я ехал в гости к однокурснице. Она была жительницей Самары, знакомила меня с разными людьми, сводила послушать хор местного университета, который выше всяких похвал. Мне запомнились свежий хлеб из магазина и невероятная, огромная Волга. Словом, я полюбил Самару и пообещал себе, что буду знать этот город лучше, чем моя однокурсница.

И я сдержал данное обещание. Невесту я забираю из главного здания МГУ, где в ту пору училась моя сестрица. Братик отвез нас в ЗАГС, а потом мы посидели в кафе. Родителей мы не знакомили. Мы поженились, оба будучи аспирантами, мы были довольны друг другом. Мы остались довольны друг другом и расставшись.

Так и появился Самаратранс. info, который вышел из двух совершенно разных проектов – сайта метрополитена и сайта Андрея Киняева, посвященного наземному транспорту.

В ту пору я уже начал активно заниматься Воронежем, слушаниями по Генеральному плану. Я был вовлечен в борьбу за сохранение электротранспорта в различных городах и весях. Писал статьи, выступал по телевидению. Жизнь бурлила, давала возможность научиться чему-то новому, а я всегда старался использовать такие возможности по максимуму. Однажды ко мне в аську постучалась девушка из Иванова. В этом городе планировали закрыть трамвай. Был вечер 6 марта.

8 марта в шесть утра я приехал в Иваново на randevу, назначенное у памятника Ленину на площади Ленина. Было холодно. Поездка не принесла чего-то существенного, разве что коллекция фотографий трамваев пополнилась снимками, сделанными мной в депо перед его закрытием. Но в Иваново я возвращался потом не раз и не два. Поскольку у той девушки из аски обнаружилась очаровательная сестра Маша – и вот это уже оказалось очень серьезным. Затем были Владимир, Хабаровск, Минск, Калининград, Прага, Брно, Дрезден... Москва, Москва и еще раз Москва.

Год назад в моей жизни появилось еще одно развлечение – квест под названием лимфома Ходжкина. И наборы много чего значащих букв *EACOPP*, *DHAP*, теперь еще *BEAM*. Но, слава богу, у меня есть чем заняться, чтобы не сильно отвлекаться на эту муть. И вокруг меня люди, которые тоже умеют отделять важное от второстепенного и главное от не главного. Поэтому 4 ноября 2011 года, в 28 лет, за пару дней до трансплантации костного мозга в стерильном боксе больницы, я могу сказать про себя: я счастливый человек. А жизнь – классная штука.

4 ноября 2011 года

ВЕАМ, ТКМ. Высокодозная химиотерапия и первая трансплантация

В октябре 2011 года я прошел вторую линию химиотерапии. После нее требуется сложная медицинская манипуляция – высокодозная химиотерапия (ВХТ) с последующей трансплантацией костного мозга. Костный мозг – орган кроветворения, именно там появляются новые клетки крови – лейкоциты, тромбоциты, эритроциты и т. д. Под действием ВХТ погибают не только раковые клетки в крови, но и сам костный мозг. К счастью, его можно выращивать заново, но для этого надо иметь его основу. Для лимфомы, в отличие от лейкемии, донором костного мозга может быть сам пациент (если зараза еще не проникла в костный мозг). Остается одна проблема – на время этих манипуляций пациент полностью лишается иммунитета. Совсем. Любые бактерии, вирусы, грибки не встретят никакого сопротивления организма – все они несут смерть.

Поэтому нужен чистый бокс. Специальная комната, куда не допускается никто, кроме медицинского персонала и самого пациента. Она каждый день подвергается санитарной обработке. Все вещи проходят дезинфекцию, воздух фильтруется и обеззараживается. Это, естественно, не может остановить каждую бактерию, вирус или грибок. Поэтому они набрасываются на незащитное тело, и врачи вступают в бой. В ход идут самые сильные из существующих антибиотиков и противовирусных средств. На все то время, пока не восстановится работа костного мозга, они заменяют лейкоциты в крови. В крови падает количество эритроцитов – переносчиков кислорода. Человек начинает задыхаться на клеточном уровне – не остается сил даже вставать. Спасает только донорская кровь – в отличие от лейкоцитов эритроциты можно переливать. Поэтому в ход идут постоянные капельницы с кровью. Я даже не возьмусь предположить, кровь скольких людей теперь течет в моих венах...

Кроме того, падает уровень тромбоцитов – без них тело превращается в “хрустальную вазу”. Любой порез становится кровотечением, любой удар заканчивается синяком. Тромбоциты, правда, тоже можно переливать. Но они хранятся много меньше, собирать их сложнее, да и немногие доноры идут на их сдачу. Так что здесь в большей степени надо беречься, чем “переливаться”.

Поэтому, когда стало ясно, что надо делать ВХТ и трансплантацию костного мозга, надо было найти чистый бокс. Причем найти быстро – между второй линией и ВХТ не должно проходить больше месяца. Есть еще одно чудо чудное – система квот на высокотехнологичную медицинскую помощь. Такие вещи, как ВХТ, проводятся за федеральные деньги, но квоты распределяет Минздрав по одному ему известному принципу. В результате чистые боксы имелись в Екатеринбурге, но там не осталось квот. Поэтому люди с Урала ехали в Самару, где были и квоты, и боксы. Москвичи в 2011 году ехали, как правило, в Питер – в столице к тому моменту не было не только квот, но и боксов.

Вдумайтесь – полуживые люди после химиотерапии вынуждены были ехать в другой город только потому, что бюрократы не смогли придумать нормальную систему распределения бумажек между регионами! Так вот, меня намеревались отправить в Питер, где у меня никого нет. И тогда я подумал о Самаре, где были и квоты, и боксы в областной больнице имени Калинина. Мне ужасно повезло попасть туда, в руки опытных и вдумчивых гематологов.

В конце октября мою кровь фильтровали на специальном аппарате, чтобы забрать стволовые клетки, из которых потом вырастет новый костный мозг. Для тех, у кого лейкемия, донора найти очень сложно – родственники не обязательно подходят. Но существует международный банк обмена – в нем проводится поиск подходящих клеток. Если удастся найти подходящие клетки донора, их из любой страны доставляют самолетом. Это, естественно,

стоит кучу денег. Но мне, по счастью, этого не требовалось, я был донором самому себе. После того как клетки взяли, начали вводить химию в лошадиных дозах.

22 ноября 2011 года

В другой больнице

День первый. В палате нет туалета, в корпусе нет душа. Зато есть люди – они живут в коридоре за натянутой простыней: их там человек шестнадцать.

День второй. Окно занавешено одеялом. На мне еще два одеяла, но и под ними за ночь промерзаешь до костей. При этом батареи шпарят что надо и окна вроде заклеены. Но, видимо, само здание как из фанеры.

День третий. Мне надо было поставить периферический катетер, я его выбивал первые два дня – потому что минимум три укола за день в вену достаточно много. А снимать капельницы и менять пузырьки приходится самому – медсестры не дожидаться. Долго отказывались ставить катетер. Потом неожиданно согласились, пришли ставить – не пошло, вены после химии никакие. Решили ставить по новой, как оказалось, тот же самый, уже бывший в употреблении катетер, предварительно искупав его в спирте. Он вообще-то одноразовый. Его не моют. Долго объяснял это медперсоналу. На меня смотрели как на инопланетянина.

День четвертый. Оказалось, вчера медсестра забыла поставить капельницу. Мне капают антибиотик три раза в день. Вчера капали только два... А сегодня принесли препараты с истекшим сроком годности. Два месяца прошло, как им положено отправиться на свалку. Вчера я не был внимателен, и две просроченных дозы ушли мне в вену. Сегодня капать этот препарат не стали – врач отменил капельницу. Не стану называть медучреждение, в котором лежу. И город, где оно расположено. Это не важно. Это жизнь “как есть”. И да, мне уже гораздо лучше, я практически настроен на выписку.

23 ноября 2011 года

Будьте предельно осторожны, когда загадываете желание Оно ведь может и сбыться

Не знаю, как вы, а я вот Новый год давно по-новогоднему не воспринимал. Ну, елку-то я исправно приобретал. Но часто и не елку даже, а пару веточек на подставке с парой пластиковых шаров предельно унылого вида. На закуску крабовый салат да оливье. Вот в таком режиме я и встретил прошлый Новый год. Единственной его интригой было загаданное желание. И поскольку оно сбылось, его можно огласить вслух. У недоелки с недоигрушками, закусывая недосалатами и запивая недошампанским, я загадал себе: “Пусть Новый год будет интересным!”

Третьего января меня госпитализировали. 18 января мне поставили диагноз “рак”. Так что когда загадываете желание у елки, как бы она ни смотрелась, будьте предельно осторожны. После выпавшей забавности я попросил Машу не выкидывать елку до тех пор, пока я не вылечусь. Она простояла январь, стояла, когда мне делали первую в моей жизни операцию в феврале. Она встречала меня с марта по июнь во время первого курса химиотерапии. Елка засохла и пожелтела, пластиковые шары покрылись слоем пыли. Была надежда расстаться с ней к концу лета – не вышло, после второй линии химии и вот теперь, после высокодозной терапии. Выпал новый снег, и через пару недель, по словам врачей, я смогу отнести несчастную на свалку. Наверное, это все и заставило меня в этом году заняться Новым годом по-новому.

Если копнуть историю, то первым Новым годом по юлианскому календарю, благодаря реформам Петра Великого, стал 1700 год. Петр же перенес празднование Нового года с осени на 1 января. Для славян Новый год был праздником смены цикла сельскохозяйственных работ, по сути, праздником урожая, поэтому праздновался осенью, с украшением деревьев различными плодами. Плодами украшали деревья и в Германии, пока там не случился глобальный неурожай. Именно неурожаю в Германии мир и обязан появлению елочных игрушек, которыми стеклодувы заменили традиционные плоды на деревьях.

Хотя елка и Новый год смешиваются в голове, все же явления эти разные. И елку как атрибут праздника запретил в России Священный Синод! Было это в 1916 году, во время Первой мировой войны. По мнению священников, елка как обычай немецкий подрывала русский патриотизм. И только в 1927 году на елку начались гонения со стороны советской власти как на атрибут христианства, Рождества и религиозной пропаганды. Возвращению елки в Советский Союз послужило письмо Петра Постышева в газету “Правда” от 28 декабря 1935 года: “В дореволюционное время буржуазия и чиновники буржуазии всегда устраивали на Новый год своим детям елку. Дети рабочих с завистью через окно посматривали на сверкающую разноцветными огнями елку и веселящихся вокруг нее детей богатеев. Почему у нас школы, детские дома, ясли, детские клубы, дворцы пионеров лишают этого прекрасного удовольствия ребятишек трудящихся Советской страны?”

Елки были восстановлены, появилась главная – кремлевская елка, а вот Постышев в 1939 году был расстрелян. Хотя позже его и реабилитировали.

В этом году мне, как видимо, предстоит расстаться со старой елкой в декабре – выбросить ее в мусор вместе с пыльными шарами, от которых было много интересного, но ничего счастливого. Поэтому мне предстоит новая елка, которую готовить, конечно, надо заранее. И занялся я сперва игрушками, настоящими – стеклянными. Оказалось, что есть интернет-магазины, где по не очень умеренным ценам можно подобрать игрушки. Есть в Москве развал в Измайловском парке, где торгуют даже достойными образцами старых советских

игрушек. В общем, этот Новый год для меня начался в 46 году до нашей эры, поспособствовали Петр Первый, голод у немцев, Священный Синод и Петр Постышев, а подаренный на день рождения бюст Ленина поставлю под елку, нарядив Дедом Морозом. Однако, товарищи, господа и все читающие, в этот раз я буду аккуратнее выбирать формулировки своих пожеланий к году грядущему. Давайте все будем очень аккуратны в этом важном деле.

Кстати, уже многие высылают мне пожелания и поздравления, как будто наступило 31 декабря. Нет, уважаемые, пока только 30 ноября! Хотя сегодня, согласно плану, Маша получила из магазина стеклянные елочные игрушки. Дома теперь стоит красивая коробочка, в которой полно блестящих радостных шаров. Сам их я пока не видел, но фотографии выпросил и остался очень доволен!

На форуме “Мое метро” устроили конкурс “Форумчанин года”. Я быстро прошел конкурсный отбор. 49 незнакомцев проголосовали за меня, и с уровнем доверия почти как у “Единой России” в Самарской области мне удалось одержать эпохальную победу. Если серьезно, думаю, это случилось потому, что я боролся против запрета на фото- и видеосъемку в метрополитенах нашей страны. В этом году такие запреты после моей длительной переписки с прокурорскими органами были сняты в Екатеринбурге, Казани, Нижнем Новгороде. А в Самаре, где запрет на фотосъемку был снят годом ранее, уже проводили полноценные экскурсии для блогеров по метрополитену. Еще недавно трудно было представить такую открытость!

В этом году я познакомил блогера Терентьева со своей ручной “свиньей” Парасем-Идиотом на семинаре по свободе фотографии. Там же мы взяли наклейку “Фотографировать разрешено!”, которая теперь висит в Музее советского быта в Казани. Кроме Казани и блогера Терентьева, Парасик в этом году повидал Кострому, Ярославль, Ростов, Киров, Кудымкар, Пермь, Ижевск, Набережные Челны, Ульяновск, Сызрань, Саратов, Балаково, Энгельс, Воронеж, Нижний Новгород, Рязань, Пензу, Тольятти и Самару. Я думаю – неплохой результат.

В промежутках между упаковкой чемоданов и поросенка в очередное путешествие мне удалось немного позаниматься делом. Как показала практика, занятие делом, направленным на достижение результата, это непрерывный процесс обрастания недоброжелателями и сплетнями. Для меня как для физика это не стало новостью. Ведь за прошедший год я получал много писем: в одних жители Самары желали мне смерти и угрожали то побоями, то уголовным преследованием, а в других – искренне благодарили, предлагали помощь и дарили подарки.

Точно можно сказать, что мои усилия не остались незамеченными, только мнения стали более полярными. Но я убежден: тех, кому новшества пошли на пользу, много больше тех, кто пытается облить их грязью. Просто их голоса тише, интеллигентные люди вообще не склонны к хамскому выяснению отношений на повышенных тонах. За это им отдельное спасибо. За год я стал “потерянным человеком” для целого ряда известных сетевых и общественных деятелей. Зато мне отрадно видеть, что, заметив плоды моей работы, ко мне повернулись лицом люди, которых я уважал и уважаю за профессионализм, но которые до этого видели во мне просто очередного “сетевого персонажа”.

В этом году я должен поблагодарить многих людей и за помощь, которая была жизненно необходима, и просто за поддержку и добрые слова.

За последнее время я написал четыре рассказика, и они мне нравятся. Я убежал из больницы с установленным центральным катетером, сидел с Машкой на самолет и был таков. В конкурсе “Мегафона” не оценили по достоинству мою идею с мобильной тревожной кнопкой, но на днях ее предложил реализовать министр Шойгу³. Больше месяца я непрерывно

³ В 2015 году тревожные кнопки бесплатно выдавали ветеранам войны, в том числе и деду Антона.

провел под капельницей. Чуть было не умер. В первый раз стричься налысо было стремно, а во второй раз я, хохоча, сам выдергал у себя все волосы.

Я попал в виртуальное правительство Самары и в число экспертов разрабатываемой стратегии города. Перетерпел девять курсов химиотерапии и всего-то один – лучевой. А в Москве, как мог, защищал молодую демократию – выделенные полосы общественного транспорта на дорогах. В Ульяновске – трамвайные пути, которые еще, уверен, пригодятся для скоростного трамвая. В Российском онкоцентре имени Блохина при лечении пациентов теперь пользуются придуманной мной системой наглядного представления курса химиотерапии *EACOPP-14*... А еще отлично, что в Самаре появилась первая велосипедная дорожка и первые муниципальные велосипедные парковки.

И это лишь малая часть того, что было на самом деле в этом году и что запало мне в душу.

30 ноября 2011 года

Ночь в реанимации

У меня рецидив и резистентность к проводившимся курсам химиотерапии. Поэтому вчера мне прокапали новый курс. И, как водится, я выживу.

Мастера слова и кадра очень любят названия вроде “Вечер в Париже”, “Случай в тайге”... У меня сегодня была “Ночь в реанимации”. Только я решил, что пора бы уже и поспать, как началось это. С правой стороны шеи, на яремной вене, начала набухать какая-то фигня. Причем чем горизонтальней я находился, тем активнее шел процесс. Пришлось нажать красную кнопку вызова медсестры. Она пришла, я продемонстрировал ей свое приобретение на шее. Она сказала, что позовет дежурного доктора. Тот долго пытался понять причину такого странного явления. Достаточно правдоподобным казался лишь прокол вены хвостиком катетера с внутренним кровотечением. Но для такого сценария я был слишком жив. Это смущало. А шишка в половину шеи исчезать не собиралась. Тогда было принято решение отправить меня в реанимацию.

Меня привезли в час ночи в реанимацию и отдали в заботливые руки дежурной смены. Та тщательно меня осмотрела и опросила, но удовлетворительного объяснения происходящему тоже не нашла. Всех очень смущало, что я не умирал. В итоге врачи решили: “Состояние не угрожает жизни, пусть спит вертикально... а вот если начнет задыхаться, то уж тогда его к нам!” Поэтому меня отвезли назад в палату, настроили кровать и оставили спать вертикально. К утру все рассосалось, а проведенное УЗИ сосудов шеи никаких отклонений не выявило. Что же это было? Так или иначе, но меня перевели в новое отделение, и завтра проведут плановую операцию на позвоночнике. Такие дела.

12 апреля 2012 года

Свой – чужой

Меня прооперировали, и теперь я лежу в палате с тремя другими пациентами. Они запойно смотрят телевизор и страстно все комментируют.

Чаще всего они обсуждают власть, и по сравнению с тем, что я тут слышу, пересадка мозга младенца Ельцину – просто милая мелочь. Операция прошла чудесно, правда, не совсем по плану. Через три часа я мог бы вставать, а на деле получилось, что мне до понедельника лежать и не дергаться. Когда я отошел от общего наркоза, меня два часа держали в бодрости и жажде, потому что спать сразу было запрещено. Ну а потом я наелся, напился и отоспался. Чтобы опять слушать задушевные разговоры о том, как на самом деле живет и работает власть.

У всех есть свои приметы на тему “свой – чужой”. Я, например, всегда со скепсисом относился к людям, которые носят спортивную одежду вне спортзала. Хотя, конечно, далеко не только спортивные костюмы в гардеробе окружающих вызывают у меня отторжение. Аналогично – с прическами. Я не люблю короткие “ежики”, стрижки “под военных”. Мне не нравятся лысые. Как-то я попал на военную кафедру, мы все, свежестриженные, сидели в аудитории, и кто-то из наших сказал: “Я всегда думал, что, чем у человека короче волосы, тем меньше у него интеллекта”. Я так и сейчас думаю, ну или почти так.

Мне не нравятся старики, но еще больше – старухи. Просто я не люблю старость, я люблю молодость. Мне не нравится, как они любят читать нравоучения, как любят врать, что, поскольку они старые, то лучше других знают, как жить. Самое дикое, что они часто в это искренне верят! Они требуют к себе избыточного внимания, потому что не могут себя ничем занять. А любимая тема их разговоров – реальные и мнимые болезни, которые мучают их в равных пропорциях. Потому я не люблю старость и стариков. Они консервативны и заносчивы.

Консервативней и заносчивей стариков только патриоты. Я ненавижу патриотов – еще ни разу не видел в России патриота, который бы не был позером. Среди стариков много патриотов. Их также много среди коротко стриженных носителей спортивной одежды вне спортивного зала. Когда говорят о патриотическом воспитании молодежи, я прямо-таки вижу, как их бреют налысо, одевают в спортивную форму, ставят в строй по четыре и заменяют им молодой задор и поиски истины консервативностью и заносчивостью стариков.

И вот надо же такому случиться... Я лежу в онкоцентре, где 99 процентов мужиков одеты в спортивную форму, лысые, словно пни, старые, как причальная стенка Графской пристани, и патриотичные до одури и драк на этой почве! А-а-а-а!!!

17 апреля 2012 года

Уважаемые люди! Некоторым из вас я обещал написать что-то умное, помочь в том или ином – сами знаете. Так вот, я ничего не забыл. Просто мне сделали операцию, но в процессе проткнули какой-то там “дуральный мешок”. Что это за мешок такой, я не в курсе. Но принцип действия прост – стоит активно пошевелиться, и накрывает такая головная боль, что я не против лечить ее гильотиной. Сейчас меня хватает только на то, чтобы отвечать врачам на вопрос, как меня зовут, потому что без правильного ответа они не дадут мне обезболивающее. И такой красивый я уже не первый день.

19 апреля 2012 года

О помощи, сердобольстве и инвалидстве

“Я никогда не буду жить ради другого человека и никогда не попрошу другого человека жить ради меня”.

Так клялся популярный в Америке литературный герой. И мне это понравилось. Но недавно я лежал в больнице. Рутинка: лежишь, ходишь в инфузионный зал, чтобы сделали укол или поставили капельницу. Иногда – на обследования. Каждый день – в столовую. Несложный цикл дня. Но однажды врач сказала, что, согласно результатам МРТ, рак развел мне позвоночник в поясничном отделе, отчего тот сломался и просел под тяжестью тела. В вертикальном положении он может просто переломиться, и тогда меня ожидает как минимум паралич ниже поясницы.

Одним словом, мне запретили вставать с кровати. Медсестры стали ходить в палату и делать мне уколы и капельницы на месте. Санитарки начали приносить еду из столовой. Из моего дня исчезли все обычные заботы. Я стал зависим от персонала больницы, но у меня была кнопка, чтобы их вызвать, если мне было что-то надо.

Так я и жил, пока меня готовили к операции по цементированию осколков развалившегося позвонка. А потом мне сделали операцию и довольно скоро снова разрешили ходить. Но медсестры и санитарочки об этом не знали – они исправно приходили со шприцами и едой. У меня не было никаких забот. Но я переборол себя через полтора дня, заставив себя встать и пойти в столовую. Потом – на уколы.

Вот тогда я остро почувствовал, как тяжело отказываться от помощи, которую тебе оказывают. Для меня это было в новинку – обычно я не нуждался во всеобъемлющей и очевидной помощи, а значит, не мог и думать о том, чтобы от нее отказываться.

Когда я вернулся домой, мне надо было закрыть больничный. Так что я пошел к участковому врачу. Он очень удивился: “А вы работаете?!” Я удивился в ответ: “Конечно, а как же иначе?” И тогда медик мне рассказал, что по его опыту значительная часть инвалидов выбивает положенные им льготы и пенсии от государства и мало кто рвется работать. Я тогда предположил, что, если заниматься работой с таким же рвением, как некоторые занимаются выбиванием льгот, можно заработать гораздо больше.

На самом деле это касается не только инвалидов. Нельзя принимать помощь, которая тебе не нужна, – это развращает мозг. Причем, если такую помощь тебе будут навязывать из самых благих побуждений, сложнее от нее будет отказаться. По поводу дарителей подобной помощи я часто вспоминаю одностийше Ольги Арефьевой: “Не жертвуйте собой, когда не просят!”

Еще мне активно не нравится, когда некоторые требуют для себя помощь. Так, часто в общественном транспорте натыкаешься на старушенций, которые требуют, чтобы им уступили место. Да вежливо попросите – и никто бы не отказал. Но они уверены, что все должны им помогать, потому что они требуют. Или порой читаешь возмущенные послания молодых мам: “Я стою с ребенком, кругом сидят мужики – хоть бы кто встал!” А когда интересуешься: “А вы пробовали вежливо попросить уступить место?”, в ответ следует оскорбленное: “А почему я должна унижаться и просить?!” Не знаю, как объяснить почему... Может быть, потому что о помощи просят, а не требуют?

Помощь – это сильнодействующий обоюдоострый наркотик. Тот, кто “подсаживается” на мысль о своей полезности, нужности, доброте и милосердии... И тот, кому помогают “садиться” на зависимость от кого-то, подобную той, что была в детстве от матери, очень скоро начинает наслаждаться ею, а через некоторое время, как самый натуральный наркоман, начинает ее требовать всегда и ото всех. И это большая проблема нашего общества, неверное восприятие помощи... В тени зашкаливающего уровня суетливого сердобольства

и попыток навязать помощь, за криком пристрастившихся к постоянной помощи с требованиями оказать ее люди часто не слышат тихих просьб о помощи, отказывают в ней тем, кто в ней действительно нуждается.

23 мая 2012 года

Окажите мне честь стать моей вдовой

Когда я сказал своему лечащему врачу, что собираюсь жениться, она сразу спросила, нашел ли я уже невесту. ЗАГС заинтересовало другое: приду ли я к ним на своих двоих или меня принесут на носилках? Чего ради такая суета, удивится всякий, кто уже вступал в брак.

Дело в том, что я буду жениться в особом порядке. Наш закон знает несколько таких – беременность, рождение ребенка... Мой же случай – “непосредственная угроза жизни одной из сторон”. Ведь я – онкологический больной в той стадии болезни, которая уже не поддается лечению. Этим я и решил воспользоваться, дабы получить с лимфомы Ходжкина хоть шерсти клок – особый порядок регистрации брака, без очередей и записей “через месяц”.

Потому я и обратился сперва к своему врачу, которая после вопроса о невесте сказала, что она ни за что не напишет: “Пациент находится в состоянии, непосредственно угрожающем жизни” – поскольку такому пациенту положено лежать в реанимации, а не ходить по ЗАГСам... Однако мы все-таки придумали формулировку, которая устроила всех, наполнив текст справки словами “онкология” и “химиотерапия” в такой концентрации, что там больше почти ничего не осталось.

Мы решили, что все пройдет в Москве. Поэтому сходили в ЗАГС и подали заявление, заведующая утвердила особый порядок и назначила нам регистрацию на 1 июня 2012 года, в пятницу. Таким образом, вопрос о подготовке и проведении торжества встал самым серьезным образом. Азарта добавило то, что я, как человек умирающий, не могу тратить время на лишние глупости – естественно, свадьба должна обойтись без тамады, родителей, голубей, водки, шашлыков... В программе решено оставить невесту, меня, пару гостей, регистрацию в ЗАГСе, небольшую прогулку в парке и посещение кафешки. Уже позже мне стало известно, что у замечательного писателя Иэна Бэнкса обнаружили рак желчного пузыря в терминальной стадии. Поэтому он написал на своем сайте, что жить ему осталось пару месяцев. С момента постановки диагноза до сегодняшнего дня он успел жениться (сделав парадоксальное предложение своей возлюбленной – не окажет ли она честь стать его вдовой) и попросить издателя ускорить выход его последней книги, чтобы успеть увидеть ее на книжных полках.

Формулировка такого предложения руки и сердца мне понравилась. У меня получилось попроще, но с тем же смыслом. Я сделал предложение своей девушке не после того, как у меня нашли рак, а после того, как сказали, что жить мне осталось полтора-два года. Так что, получив ее согласие, я стал расписывать, какой классной теперь будет жизнь. При этом вынужденно держался только ближайшей перспективой.

Пользуясь свободными часами в больнице, я засел за недостающие рассказы для своей книги. Чем черт не шутит, может, мне еще доведется увидеть ее на книжных полках. Рак или не рак – какая, в сущности, разница? Жизнь-то идет, и в ней надо успевать нормально жить. Не уверен, что информация о скорой смерти – сильное обременение. Все смертны, еще хуже – иногда внезапно смертны. Просто не все об этом помнят каждый день.

24 мая 2012 года⁴

⁴ В тексте использована колонка в *The New Times* “Рак или не рак – какая, в сущности, разница?”, № 12 (281), 8 апреля 2013 г.

О профилактике простудных заболеваний

Я – онкологический больной, и в этом есть определенные минусы. Один из них: быстро понимаешь, что обычные терапевты в поликлинике знают меньше, чем ты. Вот приходит ко мне участковый врач, и я ему рассказываю, какой вид химии в данный момент мне капают. Это мне так положено делать – любому врачу первым делом сообщать ход лечения. А у несчастного терапевта глаза округляются до пяти копеек, и видно, как он пытается что-то вспомнить из институтской программы. И тогда надо сказать: “Да вы не волнуйтесь, мне от вас только больничный нужен, я сам себе уже все назначил”. И терапевт облегченно выдыхает. Он желает мне здоровья, оформляет больничный лист и уходит. А я лечу сам себя дальше. А что делать? Лечиться-то надо.

Например, от простуды.

“Больной, не занимайтесь самолечением!” – правильная фраза. Но так уж бывает, что иногда к врачу попасть очень сложно. Так, в районной поликлинике обычно требуется отсидеть огромную очередь, в которой можно заболеть еще сильнее. Поэтому есть ряд вещей, которые, конечно, банальны, недооценены людьми, но могут им пригодиться.

Важно помнить, что заразные болезни бывают трех основных видов, в зависимости от того, что эту конкретную болезнь вызвало – вирус, бактерия или грибок. Это очень важно, потому что любимые многими антибиотики не лечат вирусные болезни, а развитию грибковых способствуют. Чтобы понять, как это происходит, важен еще один момент: вы задумывались, как мы собственно заболеваем? Вот что значит: “съел мороженое и простыл”? Мороженое же вирусов не содержало – оно просто холодное.

А история тут такая: у нас в организме находится огромное количество разных возбудителей: вирусов, бактерий и грибков. Они попадают туда с каждым вдохом. Но собственный иммунитет отлично их уничтожает, за это отвечают кровяные тельца – лейкоциты. Поэтому заболеваете вы не в тот момент, когда в организм попал вирус, а в тот, когда в том или ином месте дал слабину ваш иммунитет.

Когда иммунитет “долбят”, он реагирует увеличением выработки лейкоцитов – по вашему анализу крови врачи и определяют, считает ли организм себя больным и насколько он увеличил выработку лейкоцитов. Если иммунитет подвергается атаке в большей степени, чем он вырабатывает лейкоциты, болезнь набирает обороты. Плюс есть факторы, которые снижают иммунитет – то самое мороженое, нахождение на холоде. Отрицательно действует на него и усталость.

Еще один важный момент – у нас в организме есть полезные бактерии, регулирующие количество грибов и являющиеся взаимоувязанной системой. В результате, если вы “давите” бактерии, начинают лучше расти грибы. Если грибы, то лучше растут бактерии. Из-за этих процессов разбалансировки иммунитет и снижается. То есть прием “неправильной” таблетки, даже и безвредной, сам по себе может ухудшить течение болезни.

Итак, к чему мы пришли: здоровый человек – это тот, у которого хороший иммунитет, успевающий вовремя передуть излишек вредоносных микроорганизмов. Таблетки, которые помогают иммунитету в борьбе с возбудителями инфекций, делятся на три вида: антибиотики (против бактерий), противовирусные и противогрибковые. И есть таблетки, которые просто стимулируют ваш собственный иммунитет на борьбу с инфекцией любого вида. В первую очередь, это витамины и иммуностимуляторы разного вида.

Поэтому обычное лечение обычной болезни выглядит так. Вы приходите к врачу, который знает, какие сейчас чаще всего гуляют инфекции. Он осматривает вас. Отправляет на анализ крови, чтобы убедиться, как работает ваш иммунитет. Осматривает горло (самый простой путь попадания всех видов инфекции) и язык. Нормальный розовый язык при про-

студных заболеваниях и бактериальных инфекциях становится белесым, на нем появляется налет. При желудочных заболеваниях язык часто приобретает зеленоватый или сероватый цвет, тоже с обильным налетом. На нем все отражается уже на начальных стадиях болезни.

Так вот, врач назначает вам горячее питье, арбидол и покой. Горячее питье активизирует иммунитет в области горла, промывает слизистую глотки. Арбидол считается иммуностимулятором, то есть как бы способствует общему повышению иммунитета. А покой опять же улучшает иммунитет. И от витаминок точно будет лучше. Однако не советую есть их лошадиными дозами – организм усваивает нужное, а остальное просто нагрузит ваши почки и печень. Врач назначит антибиотики, когда сочтет инфекцию бактериальной и приближающейся к легким. Лучше ее перехватить, что называется, на самом верху – так вы вылечитесь быстро и просто.

Так что, если вы почувствовали, что заболеваете, или все вокруг уже заболели:

1) Сделайте все, чтобы усилить иммунитет: не допускайте охлаждения никаких частей тела, особенно слизистых горла и носа, смените образ жизни на такой, который не потребует перенапряжения. В это время нельзя голодать, но не стоит и обжираться, налегая на тяжелую пищу.

2) Примените локальные и общие иммуностимуляторы: все слизистые горла полезно часто промывать горячим питьем. Очень полезны витамины, но, повторяю, не лошадиными дозами. Если вы верите в арбидол, его можно использовать и для профилактики. Аналогично действуют настойки на корне женьшеня. Хорош чай с ромашкой, имеющей бактерицидное действие.

3) Очень важно не допускать скопления и локального накопления инфекции. Поэтому нос должен быть постоянно чист и промыт. Руки мойте с мылом как можно чаще. Кажется, мелочь, но она сильно сокращает время болезни.

4) Следите за температурой (температуру выше 38⁰ терпеть нельзя), за состоянием налета на языке – важна динамика. Когда ситуация улучшается, температура будет спадать, а налет – уменьшаться.

Помогают ли маски? По сути – нет. Они нужны только, если вам чихнули прямо в лицо, – защитят от капель с инфекцией. Все вирусы, бактерии и грибы много меньше, чем поры на маске, – так что вдыхать вы их будете и так. То есть маска нужна скорее для защиты окружающих от вас.

В общем-то банальности... Но вдруг кому-то пригодится. Заранее извиняюсь перед медиками, они, наверное, будут смеяться над моей терминологией. Здоровья вам! Не болейте!

4 октября 2012 года

Хочешь забрать мое место?

Жду свою запись на позитронно-эмиссионную томографию (ПЭТ), а время идет, и вместе с ним продолжается курс метрономной химиотерапии. В понедельник очередной раз ввели химический коктейль, а после него мне второй раз в жизни уступили место в метро, хотя я и не просил об этом... И опять это сделала старушка.

На деле это проблема, которая не очевидна здоровому человеку. В метро есть места для инвалидов, пожилых, беременных, но их занимает кто угодно... Я не люблю, когда люди начинают требовать уступить им место. Мне кажется, это – нарушение правил приличия: не обязан весь вагон знать, что ты болен, устал или что-то там еще. Но я считаю совершенно нормальным вежливо попросить уступить место.

Редко бывает, чтобы на вежливую просьбу о помощи отказали. Люди не очень понимают, что происходит – вроде перед ними “молодой лось”. Но, как правило, не переспрашивают. А если переспросят, услышав ответ, начинают стесняться своего вопроса. Но у меня регулярно бывает такое: в вагон заходит дама, обводит его взглядом, выбирает меня как самого молодого и требует, чтобы я освободил ей место. Я предельно вежливо извиняюсь, что не могу этого сделать, и прошу ее обратиться к другим пассажирам. Но это мое обращение ни разу не было воспринято адекватно: каких только ругательств я не наслушался в ответ.

Как на такое реагировать, я подсмотрел в Европе. В Германии, под знаком парковки для инвалидов, висел плакат “Хочешь забрать мое место? А хочешь ли забрать мою инвалидность?” Я теперь вежливо переспрашиваю “требователей”, возьмут ли они вместе с моим местом себе еще и мой рак. Это не помогает унять их злобу, но, я надеюсь, в следующий раз они хотя бы задумаются.

О помощи надо просить, и не стоит этого стесняться. Просьба о помощи – норма для нормального общества. Вокруг не волки, а люди. Думаю, об этом стоит почаще вспоминать и больным, и здоровым.

30 ноября 2012 года⁵

⁵ В тексте использована колонка в *The New Times* “Хочешь забрать мое место”, № 40 (266), 3 декабря 2012 г.

Метрономная терапия В России меня больше не лечат

Что такое ПЭТ? Это очень крутое исследование, о котором просто интересно почитать с мыслью: “До чего ж медицина дошла!” Дело в том, что компьютерная томография (КТ) отлично показывает в организме габариты и структуру чего угодно, но она не может определить активность и жизнеспособность того, что показывает. Иногда отравленные лечением опухоли остаются сгустками мертвых клеток и могут “рассасываться” годами, никому не угрожая. А может оказаться и так, что слишком маленькие опухоли не видны на КТ, но активность в них идет.

Поэтому для выбора дальнейшего лечения принципиально важно знать – живы ли опухоли. И тут на помощь приходит позитронно-эмиссионная томография, ПЭТ. Это ядерно-физический метод медицинского обследования, сложный, современный, дорогой. Задача, по сути, проста – надо узнать, как проходит в данный момент метаболизм клеток в опухолях. Определить это проще всего, узнав, как они питаются: от того, сколько питательных веществ они поглощают, напрямую зависит их состояние.

Еще одна важная особенность: раковые клетки делятся очень активно, и питание им требуется усиленное. В организме человека и животных глюкоза является основным и наиболее универсальным источником энергии для обеспечения метаболических процессов. И для того, чтобы понять, живы ли опухоли, следует проследить, сколь активно они поглощают глюкозу. Если они делают это активней, чем окружающие их здоровые ткани, значит, рак никуда не делся и нужна более сильная химиотерапия. Если подобной активности нет, значит, с большой долей вероятности опухоли мертвы, и больному будет достаточно низких доз лучевой терапии.

Дальше я кратко опишу технологию ПЭТ, но те, кому не интересны химико-физические подробности, могут этот абзац смело пропустить. Чтобы проследить накопление глюкозы, ее метят радиоактивным изотопом фтора. Получается фтордезоксиглюкоза. Введенная внутривенно, она повторяет начальный участок метаболического пути глюкозы, проникая из сосудистого русла в межклеточное пространство и затем в клетки, где фосфорилируется гексокиназой. Продукт реакции, в отличие от обычного фосфата глюкозы, не вступает в дальнейшие реакции и остается в клетках в течение исследования, что позволяет измерить концентрацию радионуклида фтор-18 в ткани. Само это измерение тоже весьма причудливо – фтор-18 бета-плюс радиоактивен, то есть при его распаде до кислорода (который потом захватывает водород из гидроксильной группы и становится безвредным) вылетает позитрон. Позитрон в свою очередь аннигилирует с электронами с выделением гамма-квантов с энергией 511 кэВ. Гамма-кванты, имея хорошую проникающую способность, вылетают из организма и регистрируются сцинтилляционными детекторами на основе монокристаллов оксиортосиликата лютеция. Занятно и то, сколь важно соблюдать время проведения исследований. После введения препарата в вену надо ждать порядка часа, чтобы препарат накопился тканями. При этом надо находиться в состоянии покоя, чтобы он не накопился в мышцах. Если имеется воспалительный процесс, то препарат также накопится там. Поэтому некоторую сложность представляет описание и дифференциация результатов. Период полураспада фтора-18 составляет порядка 109 минут. Хочется пояснить, что это значит. Дело в том, что в Москве немного аппаратов ПЭТ. Но фтор-дезоксиглюкозу для исследований готовят только в одном месте. Ведь для создания фтора-18 используется циклический ускоритель типа “медицинский циклотрон”. То есть маленький “большой коллайдер”. Мишенью обычно является чистая или обогащенная вода – в ней вместо кислорода используется кислород-18, – которая подвергается протонной бомбардировке. Полученный раствор надо быстро проверить,

отфильтровать, а получившийся радиоактивный элемент нужно успеть доставить от циклотрона до больницы, в которой проводится исследование (это делается на специальном транспорте, сертифицированном для перевозки радиоактивных элементов), за время, пока его активность не упала из-за распада.

Сам метод ПЭТ разрабатывался с 50-х годов в США, первый примитивный сканер был построен в 1961 году. На развитие метода оказывало влияние развитие родственной технологии КТ (за которую, кстати, дали Нобелевскую премию).

Итак, сегодня мне сделали вторую в жизни позитронно-эмиссионную томографию. И показала она то, чего никто не ожидал. Врачи думали, что у меня метастазы в легких, но лимфоузлы достаточно чистенькие, опухоль хорошо реагирует на винбластин – он ее успешно душит. ПЭТ проверила клетки – в легких все чисто! Там сгустки мертвых клеток, о которых можно не думать. Метастазов нет, и зря в течение года врачи так усердно следили за легкими. Но пока они контролировали легкие, выяснилось, что у меня полностью захвачены раком четыре позвонка – в шейном, грудном и поясничном отделах. Кроме того, отмечена большая активность в периферических лимфоузлах – они маленькие, но очень активные.

Так что с одной стороны плюс – метастазов в легких нет. Но минус с пораженными позвонками во много раз больше. Хотя и в этом минусе есть свой плюсики: теперь я хотя бы знаю, почему у меня каждый вечер такие адские боли в пояснице и груди. Осталась сушая мелочь: разобраться, что же со всем этим делать?

6 декабря 2012 года

Право быть убитым на Родине

У меня трудные отношения с Родиной. Я ее люблю. И она меня. Но странной любовью. И я вовсе не жалею – боже упаси! – просто чуть растерянно улыбаюсь ей каждый раз, когда она оказывает знак внимания к моей или чьей-то судьбе.

Недавно мне потребовался по жизненным показаниям препарат брентуксимаб. Родина не умеет его производить, это делает супостат. У нас он даже как лекарственное средство пока не зарегистрирован. И в этом я чувствую заботу о людях: вдруг наши умирающие им отравятся? Пусть сперва супостат своих граждан им травит, а мы позже решим, стоит или не стоит его регистрировать.

Но супостат продает препарат направо и налево нуждающимся, что, конечно, подчеркивает его продажную сущность. То есть, казалось бы, протяни руку, вложив в нее пачку долларов, и вот тебе спасение твоей брэнной жизни. Ан нет. Родина не дремлет. Родина бдит. Поэтому на таможне препарат будут проверять так долго, что разморозятся его хладоэлементы и он протухнет. А если и пропустят вдруг вовремя – не спешите радоваться, так как Родина и тут не дремлет – мытарь должен взять 18 % НДС с препарата. Ампула лекарства стоит в США 3333 доллара, и непросто рядовому раковому больному накопить эти деньги. Но НДС к ним добавить надо. Родина не производит этот препарат, да. Без этого препарата люди умирают, да. Родина не купит вам этот препарат, даже если вы без него умрете, и тут все верно. Но Родина возьмет свой НДС, потому что у нее есть армия, полиция и таможня... Так что “ваши налоги идут на добрые дела”. Умирайте с улыбкой.

Сегодня, например, Родина во втором чтении позаботилась о сиротах⁶. Она возмутилась нарушением их права на смерть на Родине. Депутаты знают: где родился, там и сгодился. Нечего разбазаривать человеческие ресурсы! Усыновлять супостат наших детей будет? Нет. У наших сирот, между прочим, свои права. В том числе – право быть убитым на Родине.

Я заметил также, что Родина очень избирательна в своей заботе. Больше всего она беспокоится о слабых и убогих, о тех, кто не может от нее отбиваться. У сирот нет сил отбиваться – поэтому они обречены. У банкиров есть силы отбиваться – поэтому они улетают в Лондон. И будут потом с опаской и затаенной в глубине души мыслью “неужели пронесло?” смотреть на Родину по телевизору.

И я теперь боюсь. Боюсь не отбиться от ее заботы. Я не банкир – я инвалид, возможно, это чуть лучше, чем грудничок, которого бросила родная мама. Но кто знает, что сделают депутаты в четверг? Вдруг они запретят врачам супостата лечить наших инвалидов?

Ведь инвалиды сейчас летают в США, Израиль, Германию, Италию, где их лечат и где они умирают. Умирают. Не на Родине. Вопреки праву быть убитым соотечественниками. Отказываясь от привилегии умирать без обезболивания дома, в отсутствии хосписов, доводя до сумасшествия родственников и соседей своими криками от непереносимой боли... Еще недавно я писал, что ничего не боюсь, что нет ничего страшнее рака. Как я ошибался! Как я не замечал?! Как был слеп и не видел самого простого: трогательной заботы, с которой Родина берет в заложники самых слабых своих граждан. Черт ее, любимую, знает, кого она следующим захочет задушить в своих объятиях.

19 декабря 2012 года

⁶ Федеральный закон от 21.12.1996 N 159-ФЗ (ред. от 31.12.2014).

Часть вторая, аллогенная Мы уже не одни

Пусть Буслов Антон поживет подольше!

Сегодня, 4 ноября, мой день рождения. Мне стукнуло 29 лет. Один из нежеланных подарков – у меня лимфома Ходжкина, поражающая лимфатическую систему и гарантированно ведущая к быстрой мучительной смерти. Еще год назад я, как ни странно, был доволен этим диагнозом, поскольку этот вид рака сейчас умеют лечить лучше всего. Шанс в 95 % быть вылеченным – неплохой повод для оптимизма. Но не сложилось.

Сейчас раз в две недели мне делают инъекцию препарата химиотерапии, который может на время отсрочить лавинообразный рост опухолей. Препарат большой токсичности. И получается, что два процесса – отравление химией и лимфома – соревнуются, кто заберет меня первым. Каков прогноз? В апреле 2012 года лучший из врачей, которые есть в России, специалист по лимфоме Ходжкина, доктор медицинских наук и, по счастью, мой лечащий доктор Елена Андреевна Демина осторожно назвала срок в полтора-два года. Однако полгода, как вы понимаете, прошло. Осталось не так много. В таких случаях говорят, что пора подводить итоги.

Что я делал? Жил, как живут другие. Учился. В 2001 году принимал участие в отправке радиопослания внеземным цивилизациям с телескопа РТ-70. В 2003 году так влюбился, что за неделю пересдал экзамены и прошел конкурс в Высшую школу физиков МИФИ-ФИАН. А в 2005-м съездил в Самару и увидел, какими могут быть трамваи. Тогда я создал в Воронеже общественное движение, боровшееся за возрождение электротранспорта – комитет “Воронежцы за трамвай”. А для Самары, в благодарность – сайт Самаратранс. info. Сейчас в Воронеже нет трамвая, но есть троллейбус. И я знаю, что начини я раньше – в городе был бы трамвай. Начни я позже – не было бы и троллейбуса.

“Воронежцы за трамвай” не исчезли – они объединились с друзьями из Москвы, Петербурга, Ульяновска, Ростова, Нижнего Новгорода и других городов и стали МОО “Город и транспорт”. А я стал сопредседателем этой общественной организации. Теперь и по нашим лекалам, с опорой, в том числе, на то, что было наработано “Москвичами за трамвай”, в столице реформируют транспортную систему.

В Самаре мне довелось познакомиться с отличным человеком – Дмитрием Азаровым, который стал мэром этого города. И мне было приятно подготовить для него Стратегию развития транспорта. Именно этот документ оказался, по оценке Дмитрия Игоревича, самой толковой отраслевой программой развития, предложенной для города.

Все это время мы с друзьями из Самары развивали и Самаратранс. info, чтобы с опорой на него можно было создать нечто новое – сайт транспортного оператора Самары. Это очень крутая штука, я много времени убил на техническое задание, на критику, на доводки... Это было классное время. Отличная история – и разработка нового логотипа, и новые карты для общественного транспорта, и создание математической модели транспорта. Было много приятных встреч с самыми разными людьми. Звонки в час ночи с вопросами, как решать срочные задачи. Было планирование транспорта для стадиона ЧМ-2018, которое я делал в чистом боксе больницы под непрерывными капельницами. Очень крутой задачей было обеспечить транспорт для Стрелки, и я рад, что удалось ее решить тогда. А сколько всего остается несделанным!..

Несмотря на весь транспорт мира, я не забросил физику и свою детскую любовь к космосу. В 2006 году я окончил МИФИ и пошел в аспирантуру. На тот момент у нас был на стадии проектирования космический проект “Коронас-Фотон”, но почти ничего не было сделано для создания наземной системы управления и распространения информации с него. Не было того, кто взялся бы за это. И поэтому за это взялся я. У меня такая привычка... В результате в 2009 году я был в Центре управления полетами на запуске полномочным представителем головной научной организации, потому что за оставшееся время спроектировал и реализовал то, что называется наземным комплексом управления и наземным комплексом приема, обработки и распространения информации для целевой нагрузки этого космического аппарата.

А потом еще год я руководил управлением, принимал и раздавал информацию, формировал дежурные смены, ликвидировал выходы из строя оборудования... Из троллейбуса по телефону на память диктовал аварийные команды практически в машинных кодах. По сути, я находился с космическим аппаратом с первого дня до его выхода из строя. Порой поднимали в четыре утра, потому что нужно было принимать решения и ликвидировать аварийные ситуации. Порой надо было ехать на совещания, советы конструкторов, в Главную группу управления, Роскосмос... Было круто!

Все это время я еще и писал. Писал в Живой Журнал посты о том, что и как должно быть в городах. Писал сатирические рассказы про пожизненного президента Первого Измерения Мифландию Вторую. И – просто рассказы... А еще статьи, заметки в прессу, доклады. Кучу всего. А сколько хочется написать! Масса тем, о которых надо говорить, и говорить правильно... Кругом так много популистов, конъюнктуры, а трезвого рационального взгляда на мир нет.

Мне кажется, это ужасно. В душе я все-таки ученый, хотя и не ученый по профессии... Мне нравится идея натурфилософии, дающая возможность создавать моральные стимулы для развития общества. Хотелось бы это реализовать... И так уж получилось, что на всем этом, вопреки расхожему мнению, я не сколотил никакого состояния.

Год... Остался год. А надо все закончить или передать кому-то. Такие мысли – сплошной стресс. С ним я жил полгода. А несколько недель назад пришел на контрольный осмотр к Елене Андреевне Деминой с найденной информацией о новом препарате, который разработан в США под кодом *SGN-35*. И она сказала: “Да, тут есть о чем поговорить”.

В США в прошлом году зарегистрирован новый препарат для борьбы с моей болезнью. Он называется брентуксимаб. До конца года он будет зарегистрирован в ЕС. В России – возможно, через несколько лет, но его имеет право вводить центр Горбачевой в Петербурге. У меня были сомнения по поводу эффективности нового лекарства. Но Демина рассказала интересные вещи. Клинические исследования показали “существенное улучшение по сравнению со всем, что было до сих пор”. Этот препарат действует целенаправленно именно на раковую клетку лимфомы Ходжкина. Это прорыв, которого добились современные натурфилософы, и ничего подобного пока не создано для других видов рака.

Мы живем в интересный век, потому что еще несколько лет назад о таком лекарстве невозможно было и мечтать. А теперь оно есть. Правда, годовой курс брентуксимаба стоит 150 тысяч долларов. Это черт его знает сколько, учитывая тот факт, что я живу на зарплату астрофизика, зарплату жены и подработку в “Городских проектах”.

К сожалению, фонды мне “заказаны”. Я обсуждал этот вопрос с Деминой. Она сказала, что детям (точнее, лицам до 25 лет) иногда помогает фонд “Подари жизнь”. И вообще, молодой мужик плохо соответствует представлению широкого круга людей о том, кому стоит помогать. “Но, – сказала мой доктор, – я знаю, ты – умный человек, может статься, ты что-нибудь и придумаешь”.

Я действительно не хочу продавать ни почку жены, ни квартиру матери, ни торговать метамфетамином – даже если это спасло бы мне жизнь. Более того, я не хочу копить деньги на лечение – нет времени, да и ведь нужно на что-то нормально существовать. Разве будет прок от моей жизни, если я все брошу только на ее безнадежное продолжение?

И я стал думать. И вот что надумал. Как-то я смотрел аниме, “Кии – металлический идол”. Сюжет такой: девочке-роботу ее создатель перед смертью говорит: для того, чтобы стать живым человеком, ей нужно собрать 30 тысяч друзей. “В нашей деревне нет 30 тысяч человек!” – отвечает Кии и отправляется в Токио, где предпринимает разные попытки, чтобы выполнить задачу. Удалось ли ей это? Не знаю – не досмотрел. Но мне понравилась идея. Если бы у меня было 30 тысяч друзей, то, скинувшись только по пять долларов, они могли бы собрать на годовой курс Brentuximab, а я смог бы и дальше делать все то, что делал, подольше.

Да – именно так. Подольше. Никаких гарантий, что это лекарство вылечит меня, нет. Оно показало на испытаниях хороший результат, но именно мне может встать поперек горла. Однако альтернативы у меня совсем плохи. Так что я подумал – надо пробовать. Значит, мне нужны 30 тысяч друзей. Что будет, если столько не найдется? Смерть. Что будет, если не успеем? Смерть. Что будет, если не поможет? Смерть. Во всех случаях. И никаких гарантий. Именно поэтому мне нужны друзья.

Так что сегодня, а сегодня у меня, напоминаю, 29-й день рождения, я пускаю по кругу друзей шляпу. Мы собираем средства на продолжение чудной вечеринки, имя которой – моя жизнь. Мне было грустно, когда, казалось, не оставалось никаких возможностей. А теперь мне весело, потому что возможности появились. И у меня возник ШАНС.

Я пока не разбираюсь в платежных системах, но буду стараться наверстать упущенное. Чтобы шляпа была удобной и доступной, я завел два домена: *mymaster4life.ru* и пустьживет.рф. Там я буду координировать это мероприятие, сообщать разные новости. Таким образом, вечеринка объявляется открытой, а шляпа запускается по кругу друзей!

4 ноября 2012 года

Некоторые результаты вчерашнего дня

Друзья, в первую очередь я хотел бы всех вас поблагодарить! Честно сказать, я надеялся, но не рассчитывал на такую активность и такое желание помочь. Я человек, склонный к планированию, но могу сказать, что все мои планы полетели к черту. Ведь за первые сутки я ожидал собрать около 100 тысяч рублей, а было собрано более пятисот. Словом, если считать в рамках истории про 30 тысяч друзей, то вас собралось уже 3400 человек. Это уже целый поселок получается, и в нем впору строить трамвай.

Сейчас ВКонтакте начали сбор средств. Готовится перевод на английский для сайта. А я пока занимаюсь тем, что налаживаю финансовое администрирование, чтобы максимально дешево выводить средства и собирать их в долларовом виде на специальном счете. Первая задача – собрать хотя бы треть необходимой суммы, и уже видно, что она решаема. Поэтому я начинаю более активные консультации с врачами относительно последовательности заказов ампул препарата. Еще раз спасибо всем за помощь, за советы, просто за внимание к этой истории. Вы – классные!

5 ноября 2012 года

По состоянию на пять часов вечера 6 ноября юн года “городок” моих друзей еще разросся и перевалил через важный рубеж в десять тысяч жителей. Значит, собрана треть необходимой суммы, и есть возможность начинать лечение. С вашей помощью это удалось сделать за три дня. Невероятно! Я же начинаю консолидацию средств, чтобы направить их в США на покупку ампул.

Еще несколько мыслей. Я не ожидал такой огромной поддержки и поэтому оказался к ней просто не готов. Сейчас у меня в почте около 200 цепочек писем, которые надо прочитывать. Мне прислали кучу информации о раке, о том, как и где его лечат. Прислали контакты благотворительных фондов. То есть люди помогают не только деньгами, и я всем за это благодарен. Еще раз спасибо! Хожу третий день улыбающийся и светящийся, словно начищенный медный самовар. От лимфомы мне теперь помирать строго запрещено.

6 ноября 2012 года

Долго думал и решил рассказать вам немного о жизни онкологических больных. Это достаточно занятная штука, о которой люди не всегда думают правильно. Российский онкоцентр имени Блохина напоминает Звезду Смерти из “Звездных войн”. Такая унылая, все подавляющая громадина. Когда студентом я ездил мимо нее в МИФИ, то думал: “Ну, ничего себе! Здание на квартал! Что они там делают?!” Эти слова я вспомнил, когда мне поставили диагноз, и грустно ухмыльнулся: “Вот теперь и узнаешь”. Узнал – там стараются выжить.

По счастью в РОНЦ не водят экскурсии, но если бы водили, туда следовало бы записывать нытиков, суицидников, прочих неуверенных в себе людей. На них эта экскурсия подействовала бы отрезвляюще. Очень сильная картина – от человека уже почти ничего не осталось, а он хочет жить и живет. Беглого взгляда на него достаточно, чтобы подумать: “У меня проблемы?! Ха. У меня нет проблем!”

Но “свежие” пациенты, которым только что поставили неутешительный диагноз, часто оказываются запуганными этими картинками. Мне запомнилась одна бабуля, с которой мы сидели на прием к врачу, и она у всех спрашивала, как и что надо будет делать. Было видно, что она очень боится и ей хочется поговорить. Слово за слово, я ей объяснил все: что в первую очередь надо делать, где сдавать кровь, где получать химию. А потом она спросила о главном для нее: “Скажите, а полысею я скоро?” У нее были невероятно красивые кудрявые волосы. Пришлось рассказать ей свою историю полысения.

У меня были черные прямые волосы. На первой химии меня предупредили, что они выпадут. Поэтому к назначенному дню я пошел стричь их “под ноль”. И я стал лысым. Мне понравилось. Далее были шесть процедур химии, на которых я стал лыс, как пень. Они не помогли, и через некоторое время мне начали вторую серию, перед которой я опять заранее постригся. Как выяснилось, зря – волосы продолжали активно расти. Причем сперва они трансформировались в рыжие. Так что к концу химии, перед высокодозкой и трансплантацией костного мозга я был заросшим человеком.

И в таком состоянии меня заперли в чистый бокс, куда не допускают никого и ничего лишнего, чтобы не угробить больного случайно занесенной инфекцией. После высокодозной терапии волосы начали сыпаться, словно осенние листья. В очередной день я пришел к умывальнику и обнаружил, что могу сам выщипать у себя усы, что и сделал. Тут появилась мысль, что так можно выщипать и голову! И я на деле реализовал фразу – вырвать у себя все волосы – буквально за полчаса. Зато после выписки, когда волосы снова стали расти, они выросли кучерявыми! В такой стадии и застала меня эта бабуля. Показал я ей свои лохмы и рассказал, что у некоторых плешивых этот недостаток исчезает после химии. Что волосы после нее зачастую растут гуще и краше, правда, иногда умудряются поменять цвет. Вы не представляете, как приободрило это старушку. Ведь она боялась не химии и не смерти, она боялась только за свои чудные волосы.

С волосами у меня каждый раз чудеса, когда я приезжаю в Самару. Там я хожу к первому заместителю мэра по вопросам транспорта Юрию Римеру. И первая радость начинается на пропускном пункте: в мэрию заходит человек в больничной маске, лысый, как пень, но одетый как обычно. У дежурных начинается нервно дергаться глаз. Но после разговора с секретарем Юрия Мировича меня пропускают. Я бываю там не очень часто – между химиями. В результате каждый раз прихожу с кардинально новой прической. Когда я пришел кучерявым, Юрий Мирович признался, что меня не узнал.

Ужасное дело – химия, задающая монотонность всей жизни. Надо все делать очень четко. Точный срок. Точная доза. Это сильно бьет по неокрепшему мозгу идейного раздолбая. Поэтому на первом курсе химиотерапии я позвонил братику и сказал: “Увези меня отсюда или я повешусь в шкафу вместо пальто”.

Но случались и светлые дни. В курсе химии, который мне однажды давали, было окно на восстановление лейкоцитов. То есть надо было колоть только подкожные уколы, которые, естественно, я делал себе сам. Таким образом, у нас с братиком оказалось пять дней, и мы поехали на машине в Кудымкар. Вот попробуйте найти на карте, где это! С нами ехал запас лейкоцима, обложенный хладоэлементами. В каждой гостинице мы оставляли за собой шприцы, ампулы, а холодильник загружали хладоэлементами. Так и проехали от Москвы до Пермского края и обратно за пять дней. Узнала бы тогда об этом путешествии лечащий доктор, наверняка убила бы меня на месте.

Еще смешнее было на втором курсе химии. Его вводили через центральный катетер. Общая практика тут такова: больных с подобным устройством из больницы не выпускают. Но я “сдал экзамен” – капельницы ставил сам, уколы делал сам. Даже лежа в больнице. Меня за это любили медсестры – я хоть немного их разгружал. Так что когда я продемонстрировал, что умею все делать сам, меня стали отпускать на побывку домой, если позволяла кровь. В очередную побывку мы с супругой сели в самолет и улетели в Казань. Ах, как она была хороша посреди курса химиотерапии! Не так много чудачков летает с центральным катетером, и, черт подери, как правило, они летают санитарной авиацией. Но ничего страшного не произошло, я просто все делал так, как надо – промывал, дезинфицировал, вводил лекарства. Это несложно. Это может сделать любой человек. Если, конечно, захочет.

Опираясь на свой опыт, в онкоцентре я попытался подбить Демину на то, чтобы перевести протокол *DHAP* в амбулаторный режим. Это бы помогло разгрузить больницу и отделе-

ния гематологии. В ответ она рассказала, что стояла у истоков амбулаторного *ЕАСОРРа* и что согласна – курс можно вести амбулаторно. Но так его ведут только за рубежом, где больницы работают круглосуточно и пациент, если что, имеет возможность туда срочно вернуться. В России онкоцентр на ночь закрывается, так что амбулаторные больные оказались бы без помощи. А таких, кто может помочь себе сам, как это было в моем случае, единицы. Поэтому государство содержит массу койко-мест вместо того, чтобы наладить систему дежурства “скорой помощи” на экстренный случай. Пациентам было бы хорошо жить дома. Врачам было бы хорошо – часть нагрузки была бы перенесена на самих пациентов (что, кстати, пациентов тоже стимулирует). Государству хорошо – сэкономило бы кучу денег. Но у нас реформы здравоохранения движутся в каком-то другом направлении.

И не надо списывать онкологических больных со счетов. Я вот лежал в одной палате с профессором института нефти и газа. Пожилой человек, ему делали сложнейшую химию. Но каждый раз, когда мог собраться с силами, он писал учебник по газокompрессорным станциям. Ему было за семьдесят, но он делал свой учебник, понимая, что никто, кроме него, такой не напишет. Я не знаю, жив ли он сейчас... Но я точно знаю, что он дописал свою книгу, потому что помогал ему форматировать и компоновать главы, искать файлы и так далее. Стратегию развития транспортного комплекса города Самары на 2011–2020 годы я писал в больничной палате. В чистом боксе, под высокодозкой, когда я не мог даже говорить, продолжал писать транспортное обслуживание для ЧМ-2018. Не списывайте нас. Нас много, и мы умеем жить.

Мне часто приходилось слышать, что в России ничего не получится и ничего нельзя сделать. Но я хочу сейчас четко сказать – это не так. За четыре дня для меня было собрано 3,4 миллиона рублей. Кто их собрал? Хорошие люди, которые увидели для себя хорошее дело. Помните историю: если в сквере стоит одна лавочка, то ее занимает пьяница. А если лавочек будет много, на них сядут разные люди, и пьяница среди них станет незаметен. Так во всем. У нас есть куча хороших людей, для которых просто нет условий для делания хороших дел. У нас в стране плохо с благотворительностью? Да, наверное, но это не значит, что люди плохие. Это значит скорее, что не совсем правильно подходят к благотворительности те, кто ее организует. Хороших людей много не только в России, тех, которые думают о том, что здесь происходит, переживают и хотят помочь.

Так вот что я вам скажу: надо помогать хорошим людям делать хорошие дела. И я не о сборе средств, не об онкологии, я просто о жизни. Хорошие люди, оглянитесь, вас миллионы. Не говорите, что нет людей. Нет человеческих условий – а это совсем другое.

7 ноября 2012 года

У нас получилось! Видите – чудеса случаются!

На 17 часов 8 ноября 2012 года удалось собрать 4 327 716 рублей. Понятно, что часть этих средств потратится на комиссионные проценты платежных систем. Плюс оставшаяся сумма, достаточная для начала лечения. Поэтому я решил завершить сбор средств.

Что будет дальше? К сожалению, брентуксимаб – не волшебная пилюля, которая завтра меня вылечит. Только на заказ и доставку препарата из США в Россию уходит полтора месяца. Поэтому, закончив историю со сбором 30 тысяч друзей, я направляю все силы и средства на выздоровление по самому оптимальному пути. Надо экономить время и средства, надо работать с врачами, которые будут вводить препарат. И это тоже огромная история, которую предстоит осилить. Но с ней я справлюсь. Ведь этой истории просто не было бы, если бы хорошие люди не помогли собрать нужную сумму.

Мне хочется поблагодарить всех, кто мне помог. Мне переводили деньги студенты, которых я учил. Мне помогали коллеги по проекту “Коронас-Фотон” и коллеги-транспортники. Некоторые СМИ написали о сборе средств. Откликнулись воронежцы, самарцы, москвичи, жители других городов, где я что-нибудь делал. Из Самары мне пришел на помощь яркий человек из “Единой России”, и одновременно помогли сторонники оппозиции и Алексея Навального. Помогли блогеры и журналисты, которые брали у меня интервью. Приходили переводы в валютах, о существовании которых я не подозревал. Я не смогу перечислить всех, кто помог. Получилось, что помогали все вокруг. ВСЕ.

Я не ожидал подобного эффекта, потому что, как многие из нас, думал, что хороших людей не так уж много, что мало кто согласится помогать незнакомцу. Так вот, главное, теперь я вижу – хороших людей гораздо больше, чем плохих. Поэтому, если кто-то станет убеждать вас, что у нас кругом все плохо и люди никуда не годятся, просто улыбнитесь его наивности. Я – живой свидетель того, что все совсем не так уж и плохо.

Для меня все собрали, это моя счастливая удача. Но есть те, кто не придумал такого сбора. А помощь нужна многим. И многие люди хотят делать добрые дела. Просто всякие скандалы, дурацкая подача информации, другие нехорошие истории отбивают желание заниматься благотворительностью. И поэтому я здесь похвалю один фонд, про который я точно знаю, что он хороший и правильный. Это *AdVita*. Они не помогали мне деньгами, но их сотрудники сразу предложили мне помочь информацией о поставках брентуксимаба в Россию и советами по его использованию. Этот фонд хвалили в Российском онкоцентре, о нем писали многие из коллег по несчастью, которые тоже собирают средства на лечение от рака. Поэтому, если у вас остался запал на добрые дела – зайдите на сайт *AdVita* и посмотрите, кому и как вы сможете помочь. Добрые дела делать приятно.

А я теперь постараюсь вернуться к нормальному ритму жизни: продолжить делать ряд вещей для “Городских проектов”, участвовать в создании новой, интересной и крутой истории по развитию волонтерства и изменений городов простыми жителями. Выйду из отпуска, отправлюсь в МИФИ дальше делать космические системы. Пока же я сдал кровь, чтобы завтра мне укололи винбластин. После него я на сутки выпаду из нормальной жизни и буду тихой молью лежать в кровати. Но потом поднимусь, как поднимался всякий раз, и буду делать все, что надо делать. Потому что жизнь – это прекрасно!

8 ноября 2012 года

Марокко и Нью-Йорк Первые впечатления

Для лечения судьба потребовала прибыть не куда-нибудь, а в город-государство Нью-Йорк. “NYC – это не Америка” – этот тезис я слышал неоднократно и в разговорах, и в американских фильмах. Сложно оценить, насколько это верно, не побывав здесь. Однако именно здесь, случайно услышав на улице английскую речь, начинаешь воспринимать ее почти как родную, хоть как-то немного понятную. На Манхэттене, в центре, все языки звучат попеременно. Далее районы делятся. Я, например, успел переночевать в дешевой гостинице в Чайна-тауне, где все говорят на китайском. В Бруклине располагаются большие оазисы иврита, русского и арабского языков.

Мне говорили раньше, что в Нью-Йорке можно жить годами, не зная английского, но я полагал, что это фигура речи. Однако сейчас я снимаю комнату в районе, где в магазине продают русскую еду, все продавцы говорят на русском, рядом мебельный, в котором тоже не нужен английский. Весь район завешан вывесками на русском и имеет все, что нужно для жизни, вплоть до детского сада “Тномики”. Местная радиостанция вещает на русском, там крутят русские песни местного сочинения (до этого я по наивности думал, что хуже российской попсы ничего нет). И уже два местных русских телеканала хотят взять у меня интервью. Иду по улице – старушки беседуют по-русски, прохожу немного – мужик треплется по телефону, опять слышна родная речь.

Точно так же дело обстоит с другими языками – без этого Нью-Йорк не мог бы стать своеобразной столицей мира. Когда встал вопрос, где мне лечиться, обсуждались варианты: Германия, Израиль, США. Их пробивали, выясняли, есть ли там возможность введения брентуксимаба и по какой цене. И я был морально готов ехать, куда придется, понимая, что вслед за этим потребуется “подтянуть мой иврит”. В итоге получилось, что я поехал в США, и я уже не уверен, получится ли мне подтянуть свою стабильную тройку по английскому языку хотя бы до тройки с плюсом. Не требуется пока.

Мешанину слов и языков связывает слово “о’кей”. Оно так удобно, что им заражаешься за час. В целом мозг начинает непрерывную череду языковых заимствований, и через пару суток становится трудно найти русский аналог какому-то простому слову. Именно здесь я начал иначе воспринимать сцену из “Леона”, в которой он отучивает Матильду говорить “о’кей”. Именно здесь хочется перечитать “Атланта”, спустившись к путям на вокзале в Манхэттене, пересмотреть кинофильм “На Дерибасовской хорошая погода”. Я, кстати, ни разу не смотрел фильм “Врат-2”, чем всех шокирую. Придется исправиться.

Полет в США начался в Шереметьево, которое было унылым, как обычно. Улететь куда-либо на праздники – это, я вам скажу, сложная задача. Все билеты, которые оставались, стоили не по-людски дорого. В результате мне пришлось брать билет “Королевских авиалиний Марокко” со стыковкой в Касабланке на 1 января. Прямой рейс Аэрофлота стоил на семь тысяч рублей дороже. Стыковка получалась продолжительностью в 16 часов, но, слава богу, у нас с Марокко безвизовый режим – получилось выйти в город. Так что начну с Касабланки.

Выпустили в город без каких-либо вопросов и досмотров. От нового аэропорта ходят такси и аэроэкспрессы, пустить автобусы они почему-то не осилили. Зато 12 декабря 2012 года там открыли новый трамвай, который построила компания “Альстом”. Он низкопольный, с кондиционированием. В вагонах никаких турникетов – они размещены на станциях. Билеты можно оплатить как наличными, так и банковской картой. Попробуйте-ка заплатить картой Мосгортрансу в билетном киоске!

Еще одна новинка, по которой королевство Марокко обогнало русскую монархию на годы – бордюры-пазлы. У нас до этого благоустройства еще расти и расти. Впечатляет Великая мечеть Хасана II. Это самое высокое религиозное сооружение в мире – мечеть с самым высоким минаретом, 210 метров. В ней помещается до 25 тысяч верующих, а на прилежащих площадях еще до 80 тысяч человек! Все это великолепие на берегу океана строилось с 1986 по 1993 год на пожертвования.

На заметку для тех, кто будет в Касабланке: если от вокзала пойти вдоль трамвайной линии, то первый поворот налево (рядом с вывеской “Прием ведет гематолог Мухаммед”) и по левую руку – кафе: лучшего чая, чем там, я не попробовал нигде и никогда. Даже не уверен, бывает ли лучше. Для отлета в Нью-Йорк в аэропорту Касабланки имеется отдельный выход... И там, уже после обычного аэропортового досмотра, досматривают так досматривают. И в глотку заглянут, и не только. Но я на досмотр пошел в самом конце. Марокканцы, видимо, потеряли бдительность и даже не заинтересовались моим корсетом. А дальше самолет, самолет, самолет.

И в конце – аэропорт имени Кеннеди в Нью-Йорке. И поток всяких слов, вроде “*circle train*”. На станциях метро на голову капает существеннее, чем в Самаре весной на Гагаринской... И асфальт такой, что можно растряссти всю машину и позвоночник в корсете – тоже. И кучи, просто горы мусора кругом. И люди мира. Очень разные, настолько разные, что перестаешь замечать различия с первых же минут.

2 января 2013 года

Брентуксимаб

Новое лечение и новые знакомства

Прием у врача – всегда непросто, когда он видит тебя, что называется, с чистого листа. Осмотру главного гуру – доктора О'Коннора предшествовал опрос его ассистента. Мы беседовали через переводчика, так как мой английский не осиливал медицинские термины. Когда не хватало и английского переводчика, я показывал руками на себе (кажется, у меня есть задатки для театра). Дополнительные вопросы раскрывали причины тех или иных медицинских манипуляций, проведенных со мной, и иногда глаза доктора становились круглыми. Теперь я понял, почему здесь за прием берут 500 долларов: я уйду – вылечусь или помру, не столь важно, – а доктору со всей этой информацией о жизни и лечении в России еще жить как-то надо. Кушать. Спать. А это непросто.

Просто было в России говорить: а ПЭТ не делали с тех пор, как... Никто не удивлялся. А тут доктору трудно объяснить, почему лечат у нас в одной клинике, а трансплантацию костного мозга посылают делать в другую. Не знает местный доктор и слова “квота”. Да и сам начинаешь сомневаться, бывает ли такое, чтобы Минздрав распределял квоты так, что надо ехать в другой регион, даже если операцию могли сделать в этом. Не может же быть, чтобы людей без иммунитета гнали в полуживом состоянии за тысячу километров в город, где у них никого нет, делать жизненно важную операцию только из-за того, что в регионе проживания не нашлось квоты.

Доктор О'Коннор видал и не такое, поэтому пояснил: “Понимаете, к нам иногда приезжают пациенты после многолетнего лечения в своих странах от лимфомы Ходжкина, мы перепроверяем диагноз, и оказывается, что они ею не болели”. Врачи порадовались, что я захватил с собой отрезанный лимфоузел, закатанный в Москве в парафин еще два года назад. Его тут же конфисковали для пересмотра. На пересмотр пойдут и диски с КТ и ПЭТ.

Здесь я поясню очень важный момент. Если вы подумали, что меня лечили в России неправильно, то это ошибочное мнение. На 99 % меня лечили идеально правильно. Просто в России на позитронно-эмиссионную томографию очередь в месяц длинной, и она стоит денег, которых у многих пациентов просто нет. И даже, если сделают ПЭТ, то не факт, что корректно опишут.

Поэтому врачи российских клиник вынуждены практически вслепую выбирать тактику лечения. У них нет наработанной практики лечить под контролем ПЭТ, поэтому используется более дешевая компьютерная томография. А не было бы КТ, лечили бы и без нее – российские врачи хорошо помнят эти времена. Наша медицина социальная, а проще говоря – народная. Не от хорошей жизни, просто так получается. Поэтому наши доктора – отличные специалисты, а их интуиция – один из основных методов диагностики в России. В Америке у врачей плохо с интуицией. Здесь платная медицина, завязанная на коммерческие страховые компании. Поэтому тут не важно, в каком штате живет человек, важно, в какую клинику он хочет обратиться. И никто не станет рисковать и назначать вторую линию химиотерапии, не опираясь на показания ПЭТ (перед страховой компанией потом не отчитаешься!). Тут не народная медицина – тут медицинская наука. Логичная, циничная, но работающая.

ПЭТ мне сделают 10 января. Сейчас пересматривают биопсию, диски и прочую историю болезни. Будут на руках результаты обследований, будут проверка и подтверждение истории – тогда получу инъекцию. Здесь – платная медицина, потому нет очередей на рентген по месяцу, нет квот на чистые боксы и лимитов на препараты. Нет таможни, препятствующей ввозу лекарств. Есть солидный ценник – 500 долларов за первичный прием. И мне жаль, что такой ценник в России мне никто не выставит. Не потому, что у меня много денег. А потому, что бесплатной медицинской науки не бывает.

Так что мне предстоит новая ПЭТ, новая биопсия – все, на что врачи в России, как правило, не отправляют пациентов, понимая, какие это деньги и какие проблемы.

3 января 2013 года

Сегодня у меня был удивительный день. Вечером меня пригласили к раввину местной синагоги. Я к религии никак не отношусь. Если меня спрашивают о мировоззренческих ориентирах, отвечаю просто – натурфилософ.

Но, как бы то ни было, приехав в Большое Яблоко, я должен был где-то поселиться. И я начал искать комнаты, сдающиеся по объявлениям в местной русской газете. Тут ведь другая система: в больницах лежат только во время обследований, операций, химиотерапию делают амбулаторно. Уколотся? Чувствуешь себя о'кей? Езжай домой – к семье. Родные стены лечат лучше лекарств!

В США даже самые современные и экспериментальные химиопрепараты вводят амбулаторно, чтобы не вырывать пациентов из привычной обстановки и не запирать их в больничных стенах.

Так что я снял комнату в Бруклине, которую сдавал отличный парень Олег. Мы вечером сели знакомиться и слово за слово рассказали друг другу свои истории. Еще пару месяцев назад Олег не мог и представить, что будет сдавать комнату. Он жил счастливо и строил кучу планов на будущее. Но жизнь решила его потрепать. За два месяца от налаженного быта мало что осталось: ипотека, пустой дом и грустные мысли. Такой жизнерадостный раковый больной, как я, пришелся ему как нельзя кстати. Я рассказал свою историю, рассказал о 30 тысячах моих друзей, о том, как мне хочется жить. Это приободрило Олега. Он пересказал мою историю своим друзьям, семье, в синагоге раввину. Так и получилось, что в понедельник вечером раввин пригласил нас обоих.

Я никогда раньше не был в синагоге. Помещение, где нас принимал раввин, скорее походило на кабинет психоаналитика. На стене развешаны дипломы. На столе компьютер, в углу – детские игрушки. Напрягая свой английский, я рассказал, как приехал сюда, как попал к нему. “Самая сложная часть Торы, – заметил в ответ раввин, – как раз о том, что, если перед человеком стоит выбор между жизнью и смертью, Бог всегда хочет, чтобы человек выбрал жизнь”. По ходу истории он не раз повторял это. Я не иудей, но полностью согласен, что между жизнью и смертью всегда надо выбирать жизнь. Даже когда шансов нет.

Чуть меньше года назад врачи сообщили, чтобы я готовился к отходу в мир иной. Что мне осталось два года, а из лечения – метрономная терапия. Несколько месяцев назад мне сказали, что есть небольшой шанс, если использовать новый препарат, который стоит 150 тысяч долларов. Я обычный человек, у которого не было таких денег. Но я хотел жить. И у меня полно причин жить дальше. Поэтому и стал искать людей, которые помогут мне в этом, искать так, чтобы их был целый город – не меньше 30 тысяч! И вот я в Нью-Йорке, и вот у врача на руках результаты ПЭТ + КТ, и он говорит: “У меня отличная новость – ваши опухоли совсем крошечные. Я теперь уверен, что мы сможем эффективно провести терапию против них брентуксимабом. Надо связываться с врачами в Петербурге, чтобы они готовились делать вам трансплантацию костного мозга для закрепления ремиссии”.

Конец апреля и приговор: вы умрете через два года. Май, июнь, когда я женился. Июль, август, сентябрь, октябрь – я узнал про брентуксимаб и его цену. Ноябрь. Самый стремительный в моей жизни. Декабрь, пролетевший незаметно, несмотря на все препятствия и трудности. Начало января: “Я уверен, мы выведем вас в ремиссию”. Чего только не происходит с человеком за девять месяцев, если он выбирает жизнь. Если, несмотря ни на что, каждый день он выбирает ЖИЗНЬ.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.