

**ПРОДОЛЖАЕТСЯ ПРИЕМ ЗАЯВОК** на творческий конкурс «Кто он, неизвестный солдат?» Конкурс проводится центром «Патриот». Участвовать в нем могут обучающиеся дошкольных, средних и высших учебных заведений в возрасте от пяти до 23 лет. Участники конкурса в своих работах могут отразить деятельность поисковых объединений Поморья, историю возникновения памятной даты – Дня Неизвестного Солдата и т. д. Работы принимаются до 31 октября по адресу: 163004, г. Архангельск, пр. Троицкий, д. 118, офис 21 (центр «Патриот») или по электронной почте: arhangelfest@yandex.ru.

**Наталья Сенчукова**

О своей болезни архангелогородка Александра Юдина узнала в очень счастливый период – когда готовилась стать мамой. Проходила обследование в связи с беременностью и сдала биохимический анализ крови, который показал нарушение функции почек. Известие прозвучало как гром среди ясного неба, ведь никаких симптомов не было.

Это сейчас наша героиня знает, что в большинстве случаев почки болят молча. Вовремя выявить проблему можно только благодаря регулярной диспансеризации и обследованиям. А тогда Александра была растеряна и даже не поверила врачам, включилось какое-то отрицание – подумаешь, анализ плохой, чувствую-то себя нормально. Беременность прошла легко, родилась дочка. И почти два года молодая женщина отказывалась от диализа – до тех пор, пока на фоне сильного обострения не попала в реанимацию.

– Спасибо нашим врачам-реаниматологам, они спасли мне жизнь, – говорит Александра Юдина. – Пройдя этот путь, хочу пожелать людям, которые сталкиваются с аналогичной проблемой, не бояться болезни, диализа. Да, иногда тебе плохо, но с кем этого не бывает даже среди абсолютного здоровых людей? И диализ – не каторга, как некоторые кажутся в самом начале, а способ продлить жизнь. Есть врачи, которые помогают, лечат, обследуют. И медицина идет вперед. Поэтому сегодня сидишь и не знаешь, что еще можно сделать, а завтра для лечения твоего заболевания придумают что-то новое.

После выписки из больницы Александра стала ходить на диализ и занималась другими выявленными проблемами со здоровьем. А еще она встала в лист ожидания на трансплантацию.

Сомнений «надо или нет» не было, конечно, хотелось узнать о пересадке органов больше. На пути Александры не встречались люди, которые

## «Своим вторым рождением я обязана нашим волшебникам – врачам»

После пересадки почки у архангелогородки Александры Юдиной началась новая жизнь



**Александра Юдина очень благодарна своему лечащему врачу-нефрологу Екатерине Горбатовой**

прошли через это и были готовы делиться опытом. Так что она искала информацию в Интернете, перелопатив все возможные сайты. Много полезного узнала из общения с заведующим нефрологическим центром Первой городской больницы Константином Зелениным.

Сейчас Александра всегда открыта к диалогу и готова делиться информацией, интервью дает не первый раз. Ее находят в Интернете многие пациенты с диализом или после трансплантации, задают вопросы или просят совета.

Трансплантацию почки Александры Юдиной сделали 4 июня 2019 года в Первой городской больнице.

– Меня оперировали Валерий Михайлович Гореньков и Виктор

Николаевич Поздеев – наши самые большие волшебники, удивительные врачи, которыми должен гордиться весь город. На своем опыте я убедилась, насколько первоклассные специалисты есть в Архангельске. Им я обязана своим вторым рождением. Операция прошла хорошо, не возникло никаких экстренных ситуаций, – делится архангелогородка.

После операции Александра месяц пролежала в больнице в закрытом боксе – после пересадки органа требуется полная стерильность. Ее лечат врачом была заведующая отделением нефрологии Первой городской больницы Екатерина Горбатова. От нефролога при проведении трансплантации зависит не меньше, чем от хирурга – орган

приживется только при правильном послеоперационном ведении пациента.

Александра Юдина довольно быстро вернулась к полноценной жизни. Конечно, приходится соблюдать ряд ограничений, но после обязательного диализа трижды в неделю она чувствует себя свободной.

– Мне необходимо постоянно принимать таблетки и соблюдать диету – не есть жирное, соленое, копченое, грейпфруты. Нельзя поднимать тяжести, по горам по полям скакать и с парашютом прыгать, – улыбается Александра. – Спокойные виды спорта не просто разрешены, а приветствуются – ходьба, дартс, теннис, может быть, легкая гимнастика. Так что у меня все хорошо.

Наша героиня – счастливая мама, дочку Соню она называет золотым ребенком и рассказывает о ней с безграничной любовью.

– Соне шесть лет, недавно мы ее покрестили, – говорит Александра. – Она сильная девочка, мы с ней много пережили вместе и преодолели. Дочка сейчас занимается фигурным катанием у замечательных тренеров. Надеюсь, ее ждет большой успех

Александра Юдина участвует в работе областного отделения общественной организации нефрологических пациентов «Нефро-Лига». Считает, что важно делиться опытом с другими. К тому же вместе проще решать проблемы – поднимать актуальные вопросы, контролировать своевременную выдачу лекарств. Что касается трансплантации, то Александра уверена, что просвещать надо не только общество в целом, но и медицинские круги. Ей не раз приходилось попадать к докторам, которые говорили: так вы идите к тем, кто вас оперировал (хотя проблема с почками никак не связана).

– Сейчас я очень хочу помочь другим людям. Когда ты один на один с болезнью – это тяжело и страшно. А когда видишь, что после пересадки почки начинается новая жизнь, в которой можно работать, развиваться, заниматься ребенком, – понимаешь, что нельзя опускать руки. Поэтому и нужна эта общественная организация людей, которые через все это прошли и своим примером доказывают: жизнь на этом не останавливается, это лишь трудности, и есть люди, которые готовы помогать в их преодолении.

## «До трансплантации работала по сменам: день на диализе – день на работе»

Президент Архангельского областного отделения общественной организации «Нефро-Лига» Оксана Сухарева живет с пересаженной почкой уже 12 лет.

Как и многие нефрологические пациенты, Оксана Сухарева узнала о своем диагнозе неожиданно – стало плохо, скорая помощь привезла в Первую городскую больницу. Затем были пять лет на диализе.

Оксана Михайловна встала в лист ожидания на трансплантацию почки. Утром 23 мая 2009 года ей позвонили из Института скорой помощи имени И. И. Дженелидзе в Санкт-Петербурге и сказали: «Вы-

летайте». Срочные сборы, операция, месяц в стационаре...

– С тех пор живу и радуюсь жизни, – говорит Оксана Михайловна.

Нельзя поднимать тяжести. К гастрономическим ограничениям давно привыкла, в их рамках научилась питаться вкусно и разнообразно. Работает и без проблем ездит в отпуск.

– Когда болела, было гораздо больше ограничений. Сейчас даже не представляю, как тогда жила. Плюс диализ три раза в неделю. Работала по сменам: день на диализе – день на работе, – вспоминает она.

Сейчас Оксана Михайловна возглавила областное отделение об-

щественной организации «Нефро-Лига».

– У пациентов много разных вопросов и проблем возникает, у нас как телефон горячей линии – Константин Николаевич Зеленин (главный нефролог минздрава Архангельской области. – Прим. ред.), всегда ему звоним. Он в меру возможностей старается помогать. А пациентская организация нужна для объединения усилий и поддержки друг друга. У меня юридическое образование, и многие ко мне обращаются – советуются, куда обращаться в проблемных ситуациях.



**Оксана Сухарева (справа) с заместителем председателя межрегиональной общественной организации «Нефро-Лига» Галиной Горечкой**