

Дорофеев

Илья

МПГ 6,3 мм

Есть решение

Без лекарств

Работает

16+

СПИНА

трудится!

я отказал

инвалидности

Илья Дорофеев

**Спина трудится. Я
отказал инвалидности.**

«ЛитРес: Самиздат»

2019

Дорофеев И. Н.

Спина трудится. Я отказал инвалидности. / И. Н. Дорофеев — «ЛитРес: Самиздат», 2019

Автору книги пришлось сражаться и победить несколько хронических заболеваний. Одно из самых сложных — травма спинно-мозгового отдела позвоночника. Большая грыжа МПД, грозившая реальной инвалидностью. Здесь рассказано, какие ошибки нельзя допускать. Как определить нужного врача. Какие и как делать шаги. Главное — сделать спину снова здоровой. Это возможно! Простой способ — выпить пилюлю. Но это — тупик. Предлагаю всем, кто устал от лекарств. И Вы тоже можете это сделать! Администрация сайта ЛитРес не несет ответственности за представленную информацию. Могут иметься медицинские противопоказания, необходима консультация специалиста.

Здравствуйте, друзья.

Хочу рассказать о своей победе, к которой я шел долгих 20 лет. Надеюсь, что многие вещи, которые мне пришлось выстрадать, станут полезны для вас и вы возьмете их на вооружение.

Это победа – победа над болью в спине. Думаю, вы знакомы с ней. Если заинтересовались, значит знакомы.

У каждого из нас она – своя. Кто-то не может даже встать с утра без «скрипа», а то и без лекарств. Кто-то хватается за спину только после физической нагрузки, а кто-то встает ночью из-за того, что боль не дает спокойно спать.

А ведь кто-то уже и днем ходит с палочкой (а может уже и с костыликами), в фиксирующем корсете, не позволяет себе лишних движений, живет в мире постоянных ограничений.

Я все это знаю, все прошел. Каждый пункт. И я знаю, как от этого избавиться, как победить.

Скажу пару слов о боли. Это важно. Боль – это что? Это стресс. Не только, но все же. А стресс это повышенный уровень кортизола. Постоянная боль – постоянный стресс. Это – прямой путь к расбалансировке общего гормонального фона и, как следствие, обмена веществ во всем организме.

Конечно, такая цепочка причинно-следственных связей приводит к целому ряду сопутствующих заболеваний, веер которых давит еще сильнее. Их ком нарастает, и несется на вас, как лавина. И погибнуть под ней – проще простого.

Я был в этой лавине. Мне диагностировали (конечно-же, не сразу) целый ряд серьезных и коварных заболеваний, о лечении которых я немного уже писал в других книгах. Это и простатит, и гипертония, и остеоартрит, и подагра, и кисты в почках, и проблемы с сердечно-сосудистой системой, и психоневрологические расстройства, и аллергия. Каждая из них *давила своей болью дополнительно*. И по каждой были свои и симптомы, и ограничения, и методы лечения, и рекомендации специалистов.

Но, стратегию борьбы с ними я определил, как одну единственную. А помочь в выработке единой стратегии мне помог первый успех в борьбе с проблемами, связанными именно со спиной. Именно та *боль, которая идет от позвоночника*, является основным сигнализатором наличия проблем для нашего мозга. А мозг начинает переводить все другие системы организма в более экономный и аккуратный режим работы.

Таким образом, при неизменности условий, начинают образовываться застои. Такие застои и приводят к дополнительным болезням и трудностям. Прежде чем рассказать вам, друзья, о решениях, которые я вынес в результате многолетней борьбы, о решениях, которые привели к результату, прежде хотел бы и это нужно, описать некоторые интересные факты. Они напрямую связаны с болезнью спины. И я более чем уверен в том, что вам *может пригодиться* многое из этого, чтобы не совершить своей ошибки, вполне возможно, что и роковой.

Началась история 20 лет назад. Сначала спина просто заболела. Снадобья не очень-то действовали. Я отправился к врачу. Снимок, диагноз: остеохондроз. Пояснения от врача, что мои диски как у старого дедушки, что остистые отростки необычные, как у динозавра. Выписанные таблетки на круглую сумму и обещания вылечить. Только, правда, при условии: надо ходить к нам в (платную) клинику на приём регулярно.

На вопрос о программе лечения мне прозрачно сказали, что это только первый список. А таких списков будет много, и не факт, что они вообще или быстро помогут. Я, конечно, приобрёл все лекарства, указанные в плане лечения, и стал их принимать. *А куда денешься – врач ведь прописал!* При этом, понимая, что мне не дали полной картины и реально обоснованного шанса изменить течение болезни. А ещё, судя по алчности (а это было довольно заметно

и не приятно) этой тётеньки врача, стало понятно, что это скорее схема развода пациентов с отправкой в свои аптеки, нежели реальное желание вылечить и оказать помощь.

Однако лекарства я, повторюсь, купил. Там были энзимы (вобэнзим, вроде бы), куча каких-то БАДов (такие как «Дона» распиаренная раньше сильно, но уже подзабытая), ещё несколько каких-то обезболивающих, нейропроводящих, и даже мочегонных. Зачем последние были назначены – не ясно. Наверное, она хотела, чтобы вода немного сошла, и вес тела уменьшился. Вес, действительно, был внушительным – 115 килограммов. Но ведь это не метод, и не повод!

Моя первая горсть таблеток, но не последняя это была моя. **Толку не было никакого**, то есть абсолютно никакого. Сейчас, с высоты опыта проделанного пути, я понимаю, что вот именно в этот момент при правильно и грамотно назначенном лечении **можно было бы избежать тысяч проблем**, грозящей инвалидности, и ещё много-много разных потерь и трудностей.

Ребят, не шутите со спиной, даже если она только начала болеть. По факту, скорее всего, проблема уже давно в развитии и сформирована.

Ладно, ограничений никто мне не выдал. Я при своих 25% лишнего веса поднимал, что захочу, как захочу, работал на тяжёлой физической работе, ходил в турпоходы в горы. И вот в один далеко не прекрасный, скажу вам, момент спина заняла резче. А на следующий день ещё резче.

А потом я **перестал ходить**. А потом я **перестал и спать**. От боли перестал спать, то есть совсем перестал. Инъекции самых сильных болеутоляющих не действовали. Это был уже не стресс, это реальная паника. Это не «прихватило спину», это **была реальная беда**.

Лишь на третьи сутки организм настолько был вымотан, что я *приспособился спать в ванне с водой*, принимая определённое положение тела. Только так боль немного стихала. Любой поворот вызывал поистине нестерпимый приступ боли, но я «Скорую» не вызывал. Я же крепкий, а это всего-то – спина. «Пройдёт как-нибудь само». Но, не проходило.

Теперь еще – отношение врачей. Истории и приключения мои продолжились...

Чуть боль заглушить удалось какими-то уже полунаркотическими обезболивающими, я отправился в больницу платную, чтобы не терять времени в очередях. Уже другую, конечно; доверия предыдущей специалистке не было, благодаря результату. Сидеть я всё равно, к тому же, не мог (это я об очередях).

И вот такой еще один вариант подхода к пациенту вам расскажу. Не обнаружив ничего ни на УЗИ почек, ни на рентгене, тётя врач выписала мне супер-уколы «немецкие на 3 дня – как рукой снимет боль», проколов которые, **вообще ничего не поменялось**. И что вы думаете, она сказала, когда я не смог наклониться и на 20 градусов без боли? «Вы говорите неправду». Как вам? То есть она (эта необразованная клуша, и это еще мягко говоря), чтобы не показать отсутствие компетенции, ничего умнее не нашла, как обвинить пациента во лжи. Я ей отвечаю: «Дорогая, у меня в подчинении 300 человек, ждут дневных указаний. Сейчас ждут. Мне работать надо, а ты, вместо того, чтобы помочь мне, меня же лжецом выставляешь». В общем, ушёл. Но и время ушло, без толку. Записался на МРТ. Но надо было ждать очереди две недели. Терпел, ходил на костылях, пил обезболивающие, вообще не мог сидеть – нисколько.

МРТ показало *грыжу межпозвонкового диска 6,7 миллиметров*. Естественно, я сразу к врачу. (Уже 3-й получается подряд). «Что делать?» Там ещё одна милая тётечка, сидит такая и заявляет: «*Только операция*». Я клянусь! Именно так, дословно. Без оглядки на то, что никаких показаний, за исключением наличия самой межпозвонковой грыжи, не было. Ни огромного давления, ни веса, ни хронических заболеваний, ни преклонного возраста – по сути, никаких.

«Ничего нельзя сделать?» – спрашиваю я. «Нет, ничего. Только операция», – повторяет. «Но вы, – говорит, – не волнуйтесь, наши ребята всё сделают быстро и даже без разрезов. **Чик-чик, и всё готово**». Я опять цитирую, друзья, то есть, она так и сказала: **«ребята»** и **«чик-чик»**.

Я ничего не ответил, конечно. Ну, во-первых, я был просто в глубоком шоке. Буквально за год перед этим в моём институте одного из начальников кафедры похоронили в 45 лет как раз после операции на позвоночнике. Не забывайте, дело было 20 лет назад, и не в Москве. А она мне – «чик-чик»!

Вот я и подумал, что *до инвалидной колясочки* осталось мне вообще *совсем недолго*. Ну, а если без эмоций, переполнявших меня тогда, то, конечно, грамотный не ангажированный врач должен был мне пояснить, какие есть вообще варианты развития событий при таком диагнозе.

Однако, словосочетание «наши ребята» навело меня на мысль о том, что она являлась *поставщиком клиентов в больничную операционную*

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.