

Методики доктора



врач-гинеколог

ОСИПОВОЙ

Побеждаем диабет



эффективные
методы
лечения

полноценная

жизнь

без

инъекций

и диет



Алла Юрьевна Осипова

Побеждаем диабет.

Эффективные методы лечения

Текст предоставлен правообладателем.

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=604585

Осипова, А. Побеждаем диабет. Эффективные методы лечения:

Центрполиграф; Москва; 2010

ISBN 978-5-9524-4677-9

Аннотация

Диабет – один из самых распространенных и коварных недугов XXI века. Из этой книги вы узнаете, как развивается предрасположенность к диабету и почему врачи говорят об эпидемии этой незаразной болезни. Автор дает рекомендации по профилактике, диагностике и лечению диабета, обсуждает возможности традиционных и новых методов лечения и излагает свой подход к решению этой проблемы.

Содержание

Благодарности	4
Предисловие	6
История одного заболевания	11
Конец ознакомительного фрагмента.	33

Алла Осипова

Побеждаем диабет.

Эффективные методы лечения

*Посвящаю эту книгу моим любимым Учителям
– Ю.В. Готовскому и А.В. Самохину. Они всегда в
моем сердце.*

Благодарности

Благодарю всех, кто учил меня медицине и эндокринологии. Я – только проводник знаний множества исследователей, эндокринологов, ученых.

Благодарю Е.С. Вельхова, Г.А. Мельниченко, В.Г. Спесивцеву, И.С. Ролика, С.В. Алешина, Т.Д. Попову, А.В. Попова, Л. Лурье, В.Г. Кукеса, В. Прозорову, фирмы «Арнебия», «ОТИ», «Имедис».

Спасибо моим пациентам за их искренность и доверие, за способность бороться за здоровье и счастье и побеждать обстоятельства.

Я прошу прощения: для упрощения текста больных сахарным диабетом называю «диабетики». Но в этом кратком

определении нет слова «больные»...

Предисловие

Ошо Бхагаван Раджниш. Эрнест Хемингуэй. Томас Эдисон. Элвис Пресли. Элизабет Тейлор. Шэрон Стоун. Федор Шаляпин. Виктория Токарева. Михаил Боярский. Михаил Горбачев. Юрий Никулин. Футболист Пеле. Вячеслав Невинный. Людмила Зыкина. Алла Пугачева.

Что между ними общего?

Все они страдали или страдают сахарным диабетом. Недуг не щадит ни звезд, ни мудрецов, ни спортсменов, ни певцов. И все эти люди очень талантливы, эмоциональны, склонны к перепадам настроения, к взлетам и падениям...

Сахарный диабет и его осложнения все еще остаются раной и болью всей медицины, и эндокринологии в частности. Одной из самых острых проблем здравоохранения всех цивилизованных стран является ожирение, приводящее к возникновению сахарного диабета 2-го типа. Из-за избыточного веса и возникновения диабета серьезно страдают и здоровье граждан, и бюджет страны. Так, губернатор штата Калифорния в США в 2000 году издал постановление, согласно которому жители штата за год должны были похудеть в целом на 100 000 тонн. Ожирение и сахарный диабет 2-го типа очень часто шагают рука об руку.

В мире объявлена неинфекционная эпидемия диабета. По предварительным расчетам, к 2025 году на нашей планете

будет более 380 млн человек с этим недугом, 90% из которых – с диабетом 2-го типа (ИНЗСД – инсулиннезависимый диабет).

Эта книга посвящена в основном именно этим 90% – то есть речь пойдет в большей степени о диабете 2-го типа. Это не означает, что данная книга окажется бесполезной для людей, страдающих ИЗСД (инсулинзависимый диабет). Они также могут почерпнуть многие полезные сведения для борьбы со своей болезнью.

О сахарном диабете написано множество разнообразных и очень хороших книг. Считаю замечательными пособиями для диабетиков книгу Питера Дж. Уоткинса, Х. Астамировой и М. Ахманова, Алана Л. Рубина. В этих книгах можно найти полезные советы по выбору глюкометров, схемы инсулинотерапии и прочие вещи, о которых порой нет времени рассказывать лечащему эндокринологу.

Зачем же нужна еще одна книга, та, которую вы держите в руках? Она отличается от написанных ранее тем, что содержит методы лечения с использованием гомотоксикологии и гомеопатии, а также психотерапии. Я на протяжении многих лет вижу замечательные результаты лечения сахарного диабета, и мы с моими пациентами успешно избегаем развития тяжелых осложнений. Наилучшие результаты достигнуты при лечении сахарного диабета 2-го типа (ИНЗСД).

Кроме того, на мой взгляд практически все эндокринологи подходят к сахарному диабету 2-го типа «не с того кон-

ца». Я глубоко убеждена, что проблема этого вида диабета находится в центре эмоций – лимбической системе головного мозга, а также в провоцируемой ею патологической булимии, с помощью которой эмоционально неустойчивые люди «заедают» свой стресс и депрессию, повышая исходно сниженный уровень серотонина. Можно изобретать самые совершенные умные таблетки, снижающие сахара крови, но пока проблема эмоций и психики не решена – все бесполезно!

Я не могла не написать книгу о сахарном диабете, потому что уже двадцать лет каждый день встречаюсь на приеме с больными этим непростым недугом. Течение болезни у всех разное, ведь все люди – разные. Именно это обстоятельство (необходимость строго индивидуального подхода к терапии каждого пациента с использованием гомеопатических и гомотоксикологических средств и психотерапии!) и заставило меня написать эту книгу. Можно сформулировать эту мысль немного по-другому: нет стандартных схем в лечении сахарного диабета, каждый раз нужно искать свой «целительный путь», который может оказаться благотворным для измученного организма. А может – и не оказаться. Все зависит от того, насколько человек хочет контролировать состояние своего здоровья, насколько он готов встать на путь настоящей борьбы с недугом и с самим собой, вернее – с теневыми сторонами своей личности: обжорством, ленью, депрессией, гордыней...

У каждого пациента – свой, неповторимый диабет! Для одного пациента улучшение состояния достигается при назначении дренажных гомеопатических препаратов, для кого-то благотворны препараты, влияющие на пищевое поведение, для другого... противотуберкулезные лекарства, а некоторым нужно просто научиться расслабляться или переводить свой гнев и страх в «мирные формы», овладев приемами релаксации или используя натуральные транквилизаторы. А есть и такие пациенты, которые просто ликвидируют свою скуку булимией (то есть фактически пищевым алкоголизмом), и им необходимо пройти сеансы у психотерапевта.

И конечно, очень помогает использование классической гомеопатии – строго индивидуально подобранных средств.

К сожалению, в нашей стране не хватает квалифицированных эндокринологов, к ним трудно попасть на прием, или у них слишком мало времени для того, чтобы все подробно растолковать больному человеку. Врачом-эндокринологом работать очень тяжело, особенно в наше время, при безумной загруженности отчетами, писаниной и прочей околоручебной суетой. Поэтому люди, стараясь помочь себе сами, хватаются за непроверенные рецепты и разные методы, которые далеко не всегда им помогают, а некоторые могут быть просто опасны. (Например, вспомним недавнюю моду лечиться токсичным, неизвестно где собранным морозником.) При диабете нужна помощь профессионала!

Итак, диабет – загадочный, грозный, многогранный. Вы

узнаете о нем много нового и удивительного.

Но вначале – одна история, в которой отражаются некоторые проблемы, характерные для диабетика. У этой истории будет хороший конец, нас ждет настоящая победа не только над заболеванием, но и победа над своими пороками. Итак...

История одного заболевания

...В том году ноябрь выдался хмурым. Снег выпал обильно, но вскоре растаял, оставив повсюду серые, неопрятные сугробы. Голые черные ветви деревьев сиротливо раскачивались на ветру, придавленные низким безрадостным небом.

Нелли Федоровна стояла перед окном и вглядывалась в даль, силясь разглядеть хоть что-нибудь дающее надежду, но перед глазами сиротливо качалась только тоненькая ветка яблони, беззащитная и одинокая.

– Одинокая ветка, совсем как я... – задумчиво прошептала Нелли, автоматически тяжело вздохнув.

Сумерки сгущались с каждой минутой, и две верные подруги, как обычно в последнее время, встали по бокам у Нелли Федоровны, сжав ее в своих крепких объятиях. Одну подругу звали Тоска, а другую – Безднадежность.

Нелли Федоровна страдала от одиночества после переезда в новый загородный дом в Подмоскowie. Они с мужем прожили вместе больше тридцати лет, жили вполне дружно, их окружали друзья, сослуживцы, веселые соседи по большому дому, жизнь кипела, клубилась, не успеешь оглянуться. Работы у того и другого было всегда очень много – оба архитекторы. Не успели оглянуться – вырастили и выучили сына Максима. Взрослый, умный и красивый сыночек решил учиться дальше, несколько лет назад уехал получать ученую

степень в Европу, встретил там настоящую любовь и теперь живет и работает в Амстердаме со своей женой-француженкой и трехлетним сыном Лукасом, совсем редко навещаясь к родителям. Некогда! Максим завоевывает своим интеллектом Европу, работая 24 часа в сутки. Нелли Федоровна гордится сыном, но... Так его не хватает, так болит о нем душа. И внук так далеко, плохо понимает по-русски. Видела она его всего лишь несколько раз, увы.

После отъезда сына Нелли Федоровна почувствовала себя очень одинокой, заскучала. Только длительное и мучительное строительство загородного дома, покупка мебели и создание внутреннего убранства немного притупило ее тоску и вовлекло в новые заботы. Скорее всего, муж специально связался в это строительство, чтобы как-то переключить и занять жену.

Нелли Федоровна до перестройки считалась неплохим архитектором, успешно работала в конструкторском бюро. В девяностых все конструкторское бюро приказало долго жить за ненадобностью. Тогда Нелли Федоровна даже немножко обрадовалась: можно было полностью посвятить себя воспитанию сына-подростка, подготовить его к поступлению в университет. Муж в то время начал разворачивать бурную деятельность в строительном бизнесе, поэтому материально все было в порядке, но иногда, во сне, она строила необыкновенные, волшебные дома, чем-то отдаленно напоминающие творения великого Гауди в Барселоне, подбирала строитель-

ные материалы, отстаивала перед оппонентами свои идеи конструкций и проектов. Так что идея построить загородный дом после мучительного отъезда сына оказалась спасительной шлюпкой для ее души и заняла Нелли Федоровну на целых четыре года.

Год назад они полностью переехали, бурно отметили новоселье, собрав множество своих институтских и школьных друзей и сослуживцев всех времен. Все восхищались домом и модным ландшафтным дизайном, охали, ахали, славно поели-попили, попели бардовские песни под гитару, как в добрые старые времена. Так же дружно друзья-приятели пообещали часто навещаться в гости, в эту красоту, правда, далековато, около 100 километров от Москвы, но воздух, экология, простор... Казалось, начинается новая жизнь.

А потом... Нелли Федоровна осталась в одиночестве. Сергей Иванович приезжал из Москвы ближе к полуночи, измотанный долгим стоянием в пробках, наскоро молча ужинал и падал замертво в постель, чтобы утром вскочить в пять часов и умчаться, наскоро глотая яичницу, бутерброды и прихлебывая свой любимый растворимый кофе. В выходные муж отсыпался, ездил в магазин и дремал перед телевизором, не в силах поддерживать даже разговор с женой. С соседями Нелли Федоровна общего языка не нашла, а старые, менее удачливые в жизни подруги только и знали, что ныть и жаловаться на безденежье, болячки и правительство, или были полностью погружены в жизнь своих внуков. Даже по теле-

фону разговаривать с ними стало скучно и изнурительно.

Нелли Федоровна постоянно приглашала всех в гости, но уж слишком далеко она забралась, а у всех – страшный цейтнот. А может быть, и не хотели подруги выглядеть бедными родственниками в богатом доме. Кто знает, гордые все пошли.

И вот еще что... Нелли Федоровна где-то в уголке своей души чувствовала, что у мужа кто-то появился. Возможно. Какие-то чужие парфюмерные запахи, какая-то рассеянность в его взгляде. Она решила молчать, не будоража эту тему. Ведь муж возвращается домой каждый день? И слава богу! Значит, надо терпеть, молчать и ждать. Но как же одиноко и тоскливо!

Нелли Федоровна отпускала молоденькую помощницу по хозяйству Раю в пять часов и слонялась, неприкаянная и непричесанная, по своему огромному дому, выискивая мнимые недостатки в уборке. Как правило, особенно и придраться было не к чему, такая тоска... Потом она усаживалась в необыкновенно удобное, мягкое кресло у журнального столика напротив огромного плазменного телевизора, тупо вглядываясь в мелькающие на экране картинки. Рука ее автоматически тянулась к бару Сергея Ивановича, нащупывая целительную бутылку с джином или коньяком, там же он хранил хорошие конфеты и шоколад. Нелли Федоровна щедро наливала себе коньяк и чокалась с телевизионным изображением.

– Чин-чин, Жирик! Чин-чин, Настена Заворотнюк! – горько усмехалась в телевизор Нелли Федоровна, щедро закусывая свое одиночество шоколадными конфетами.

Последнее время доза спиртного становилась все больше и больше, она даже не в состоянии была дожидаться Сергея Ивановича и разогреть ему ужин.

Вес у нее очень сильно прибавился, начали выпадать волосы, лицо выглядело одутловатым и постаревшим. Все время хотелось пить, она пила воду литрами. Нелли Федоровна вглядывалась в свое отражение в зеркале и не узнавала себя.

– А, гори все синим пламенем! Для чего быть красивой... Быстрее сдохну. Отмучаюсь... Зачем все это нужно? – разговаривала она сама с собой, посылая Раю немедленно сгонять в соседний магазин за тортом. Она могла съесть его целиком, отрезав «для близиру» два тоненьких кусочка для мужа и угостив Раю.

Последнее время добавилась новая неприятность: начала чесаться кожа. Зуд становился все более нестерпимым, ужасным, и только тогда она обратилась к Сергею Ивановичу:

– Сережа, знаешь, кажется, я заболела... У тебя же есть хороший кожник, отвези меня к нему.

Тут Сергей Иванович, обычно постоянно сонный и мечтающий только поспать, вдруг открыл глаза и обратил на жену внимание. Он увидел перед собой толстую, одутловатую женщину с потухшими глазами и неопрятной прической, она так разительно отличалась от его красотики – огонечка-жены

Нелюшки, что ему на миг стало страшно.

– Боже мой! Что ж ты мне раньше ничего не сказала! В понедельник срочно едем в Москву, на все обследования. Можешь не переживать, душу вытрясу из эскулапов, но вылечу тебя. По-моему, ты пьешь слишком много, вдруг у тебя диабет? – внезапно озарила Сергея Петровича догадка.

– С какой это стати? – возмутилась Нелли Федоровна, но в глубине души она уже знала, что муж абсолютно прав. – У моей бабки был диабет, но она была толще меня в два раза, под сто килограммов. А у родителей никакого диабета не было.

– Нелюшка, а ты сама сейчас сколько весишь? – поинтересовался Сергей Иванович.

– Не знаю, давно тебя прошу: купи весы, а ты все забываешь. Тебе на меня наплевать! И на все мои просьбы! – вдруг сорвалась Нелли Федоровна и горько заплакала.

Муж обнял ее и стал нежно гладить, успокаивая:

– Все будет хорошо, все вылечим. Если здесь не помогут, попросим Максима найти лучших специалистов в Европе, все для тебя сделаю... Только не рассусоливайся, ведь знаешь, что я не могу видеть твои слезы...

Сергей Иванович очень любил свою жену. Ему казалось, что они росли друг в друга, как деревья вырастают стволами за долгое время тесной близости, он любил ее и... немного побаивался. Этой любви совершенно не мешало то обстоятельство, что у Сергея Ивановича давно в Москве была вто-

рая семья и росла очаровательная пятилетняя дочка, которую родила его бывшая секретарша. Нелюшка никогда не должна узнать об этом, никогда! Ведь Сергей Иванович не собирается ничего менять в своей жизни, ребенка он признал, вторую молодую жену полностью обеспечивает, бывает у них не реже трех-четырех раз в неделю, поэтому так поздно возвращается в дом, к Нелли Федоровне. Но возвращается всегда, к подруге молодости своей. Слава богу, его молоденькая Сонечка, приехавшая из города Сумы завоевывать Москву, никогда ничего не требует. Он сам, по своей инициативе, купил ей неплохую квартирку в зеленом районе, маленькую машинку «ниссан-микро» и даже съездил с девочками несколько раз в Дубаи и Турцию. (Для Нелли была подготовлена хорошо проработанная легенда, что он ездил лечить простатит в мужской санаторий.) Соня никогда не давила на него в плане оформления отношений, а благодарно и даже как-то отстраненно принимала его дары. Будущее они не обсуждали, про жену он никогда ничего не рассказывал. Сергей Иванович существовал как бы в двух параллельных реальностях, которые ни в чем не пересекались. Нелли никаких вопросов не задавала, не шпионила, Соня не давила. А Сергей Иванович так уставал, что мечтал только поспать, поэтому ни о чем не задумывался. Пусть все идет себе как идет.

Дочку Маришку Сергей Иванович обожал, она оказалась его копией. Он так и мечтал дожидаться того момента, когда

дочурка выбежит к нему со счастливым криком: «Папочка! Папочка приехал!» – и обнимет его за шею своими трогательными, тоненькими ручками... Не мог он ей ни в чем отказать. Каждую неделю привозил новые подарки. Сто пятую куклу Барби, сапожки со стразами, «Лего», особенные конфетки...

Да, о Нелли он подзабыл в последнее время. Ему даже стало страшно, что с ней может что-то случиться. Ведь Нелли – все равно как часть его тела – рука или нога. Ей плохо – и ему плохо, ей больно – и ему также больно.

В понедельник Сергей Иванович повез Нелли Федоровну в одну из самых модных клиник, расположенных в районе Тверской.

В ярко освещенном, сияющем чистотой и помпезной роскошью вестибюле клиники играла лютня. Приветливые, вышколенные и улыбающиеся гардеробщики помогали посетителям раздеться и выдавали голубые бахилы. Все окружающее пространство больше напоминало хороший отель, а не клинику: не было ужасающих больничных запахов и атмосферы страдания и страха, поэтому Нелли Федоровна успокоилась и даже слегка улыбнулась взволнованному мужу. Они сели в зеркальный лифт и поднялись на третий этаж к эндокринологу.

Эндокринолог назначил массу экспресс-анализов, всевозможных обследований: у окулиста, кардиолога, невропатолога... Нелли Федоровна провела в клинике почти целый день.

Через два дня все результаты анализов были готовы, и Нелли Федоровна снова вошла в кабинет врача за окончательным «вердиктом». Врачу-эндокринологу на вид было около сорока лет, Нелли Федоровна почему-то неотрывно смотрела на ее невероятно длинные, наращенные ногти со сложнейшим дизайнерским маникюром. Пока докторица молча листала бумаги и что-то просматривала на компьютере, Нелли Федоровна разглядывала ее со стороны и думала про себя: «Интересно, сколько надо было провести времени за таким диковинным маникюром? Наверное, часа четыре, если не больше... А еще говорят, что у врачей времени нет. Как же она пациентов с такими когтями щупает? Я ей не дам-ся! Еще оцарапает, а ранки на мне заживают плохо... Сразу откажусь!» Но доктор и не думала щупать или трогать Нелли Федоровну. Она даже не попросила ее раздеться. Зачем? И так все было ясно. Доктор наконец подняла глаза, слегка улыбнулась уголками губ:

– Нелли Федоровна, к сожалению, у вас сахарный диабет. В вашем возрасте это закономерное явление. Не расстраивайтесь, я дам вам хорошие таблеточки, а если они не помогут, то перейдем на инсулин.

Нелли Федоровна онемела.

– Как на инсулин?! Это же приговор! – хрипло пробормотала она.

– Ну что вы так волнуетесь? Тысячи людей живут на инсулине – и ничего, – попыталась успокоить ее докторица.

– Я не хочу жить на инсулине, не собираюсь! Я подозревала, что у меня диабет, и даже знаю почему! Последнее время растолстела, опустилась, депрессировала... Я сама создала себе эту болячку, значит – смогу сама от нее избавиться, – внезапно для себя разразилась монологом Нелли Федоровна.

– Я так не думаю, – холодно отрезала доктор.

– А поспорим? – азартно и ехидно спросила Нелли Федоровна.

– Я с вами спорить не собираюсь. У вас сахара скачут, поэтому вы неадекватны. Начнете лечиться – будете гораздо спокойней, – отчеканила эндокринолог раздраженно.

– Ладно, доктор. Я думала, что вы мне подскажете какую-то диету, посоветуете, как изменить образ жизни, а не станете мне прочить «счастливую» жизнь на таблетках и грядущем инсулине. Мне это совсем не нравится.

– Простите, но у меня нет времени обсуждать с вами диету. Об этом можно прочитать в любой доступной литературе. Главное – пить таблетки, не забывать. Вот вам назначения.

Доктор протянула Нелли Федоровне стопку рецептов и рекомендаций.

– Что?! – вскричала возмущенная Нелли Федоровна. – Столько таблеток?!

Зокор, тромбоасс, диротон, сиофор, глюкобай, эссенциале, тиогамма!! Да разве нормальный организм может это выдержать?!

– К сожалению, другого выхода нет. Я лечу вас по соответ-

ствующим протоколам. У вас не только повышена глюкоза в крови и моче, но также и уровень холестерина, а еще есть диабетическая нейропатия. Эти препараты вам помогут. – Доктор старалась не раздражаться, хотя раздражение было где-то совсем близко. – Через три месяца проверим анализы снова. Если не будет положительных сдвигов – назначим инсулин. К сожалению.

– Сами себе назначайте свой инсулин. Я к сыну поеду, в Европу! К лучшим врачам, – разозлилась Нелли Федоровна.

– Боюсь, там назначения будут точно такие же. Мы используем общеевропейские подходы к терапии сахарного диабета, – усмехнулась доктор и встала из-за стола, давая понять, что визит завершен. – Ваше право лечиться в другом месте, но это совершенно бесполезно. Сахарный диабет – он везде сахарный диабет. С ним не шутят.

– А я как раз собираюсь много шутить. Представьте себе! Я была последнее время слишком печальной и угрюмой, поэтому все так и случилось.

– Давайте, давайте, успехов вам. Шутите! Я вас жду через три месяца, повторим анализы. До свидания, – поставила точку в разговоре докторица.

– До свидания, доктор. Через три месяца я лучше вас буду знать, как лечить диабет, уверяю вас, – самонадеянно заявила Нелли Федоровна и вышла из кабинета решительным шагом, постаравшись хлопнуть дверью на грани вежливости и хулиганства.

Сергей Иванович дремал рядом с кабинетом эндокринолога, притулившись на банкеточке.

– Ну что, как? – участливо поинтересовался он, вскочив с насиженного места и нежно обняв жену.

– У меня сахарный диабет! Ха! Но я не сдамся! – отпартовала Нелли Федоровна и, высоко подняв голову, поспешила прошествовать к роскошному лифтовому холлу, завешенному огромными зеркалами и отделанному панелями из красного дерева. Она мельком поймала в огромном зеркале свое отражение и в очередной раз пришла в ужас.

«У, корова жирная... Ничего, ничего... я вам всем еще покажу инсулин! Вы меня все скоро не узнаете, я возьму себя в руки. Вот так!» – мелькали калейдоскопом мысли у Нелли Федоровны в голове. Ей почему-то хотелось немедленно начать действовать, ни на секунду не задерживаясь в стенах этого пафосного медицинского центра. Как действовать, правда, она не знала.

Нелли Федоровна и Сергей Иванович сели в свой заслуженный «лексус» и двинулись по направлению к дому. Нелли Федоровна сидела красная как рак и пыхала возмущением, поэтому он быстренько переключил приемник на «Релакс-ФМ», но это не слишком сильно помогло успокоить возбужденную жену. Сергей Иванович, как всегда, рассказал анекдот на актуальную тему, после того как Нелли перестала бурно возмущаться назначением огромного количества препаратов и подходом к лечению со стороны эндокринолога.

– Нелюшка, каждую беду надо вначале обхихикать. Знаешь, вот анекдотик на тему: Мойша захворал и пошел к доктору, тот выписал несколько рецептов и убедительный счет. «Что ж, доктору нужно как-то жить», – вздохнул Мойша. С рецептом от доктора он пошел к аптекарю, тот дал ему множество таблеток, которые стоили кучу денег. «Что ж, и аптекарю надо как-то жить», – философски подумал Мойша. Он пришел домой и сказал себе строго: «И Мойше тоже надо как-то жить» – и решительно спустил все таблетки в унитаз. Ха-ха!

– Ах, как смешно! – сердито сказала Нелли Федоровна. Ее всегда почему-то раздражали его безобидные «бородатые» анекдоты. – Я решила, что немедленно позвоню Максиму. Пусть сын спасает мать! Наверняка там у него есть какие-то продвинутые клиники для лечения сахарного диабета.

– Что ж, попробуй, конечно, – робко согласился Сергей Иванович, ловко обгоняя какого-то чайника, ползущего на бордовой «киа-спектре», – Россия, конечно, великая страна, но лечиться лучше у немцев.

– Почему именно у немцев? Я согласна лечиться у японцев и у китайцев, да хоть у чукчей, если они лечат сахарный диабет.

– Не знаю про чукчей. Знаю только, что мы ракеты в космос запускаем, а хотя бы одну нормальную машину для жизни выпустить не можем, – раздраженно сказал Сергей Иванович, увернувшись от наглой раздолбанной «шестерки». –

Ракеты – можем, а машины – не можем! Почему? Не хотим и не у-ме-ем... Думаю, что лекарства у немцев отличаются от наших так же, как «мерседес» от «Волги». Эх, хочется стать патриотом, но не получается... Звони Максиму, не мешкай.

Говоровы еще не скоро доехали до своего загородного дома, Нелли Федоровна успела за долгий путь немного успокоиться и поплакать от жалости к себе, а вернувшись домой, развила бурную деятельность по спасению себя и своего тела, так напугала ее перспектива «сесть на инсулиновую иглу». Она дозвонилась до сына и потребовала, чтобы он немедленно нашел ей самую лучшую клинику, где занимаются эндокринологическими проблемами, сама засела в Интернете и стала искать всевозможную информацию о лечении сахарного диабета. Все обещали всё: стволовые клетки, пищевые добавки, лечение рыданиями, иглками, травами, пиявками и так далее. Ей попадались в огромном количестве объявления о чудодейственных панацеях, якобы полностью ликвидирующих любые формы сахарного диабета на много лет. Названия этих чудодейственных средств ласкали слух – «Тутти», «Нони» и др. На поверку они оказывались пищевыми добавками сомнительного производства, поэтому Нелли Федоровна сразу отметала эту информацию. Вторым направлением в Интернете оказались рецепты приготовления каких-то омерзительных блюд. Во всех сайтах все обещали немедленное избавление с помощью разнообразных дорогостоящих процедур и препаратов «натурального характера».

Энтузиазма все это у Нелли Федоровны не вызвало. Тем временем сын и муж, очень обеспокоенные состоянием Нелли Федоровны, общими усилиями отыскивали превосходную клинику в горах Швейцарии, связались с русскоговорящим переводчиком и организовали туда поездку на две недели. Нелли Федоровне прислали несколько огромных анкет, которые нужно было заполнить и переслать в клинику, – только после этого главный врач клиники доктор Юрген принимал решение о возможном лечении пациента. Нелли Федоровну очень удивили вопросы анкеты, например: «Как часто вы ощущаете себя счастливой? Какие вам снятся сны? О чем вы мечтаете перед сном? Какие черты характера не дают вам испытать полноту жизни? Сколько раз в день вы себя ругаете или порицаете? Как часто вы слышите слова любви и сами их произносите?» И еще множество других, весьма странных.

Нелли Федоровна старательно заполнила все пункты огромной анкеты, ее перевели на немецкий язык и переслали в Швейцарию. Через месяц пришло приглашение из клиники. Лечиться она там должна не менее трех недель, и сам доктор Юрген будет контролировать весь лечебный процесс.

...Итак, Нелли Федоровна оказалась в Швейцарии. Она очень надеялась, что Максим сможет приехать и устроить ее в клинику (заодно и повидаются!), но именно в это время он был вынужден по работе вместе с семьей уехать в Силиконовую долину в Америку, увы... Заветное свидание с сыном и внуком не состоялось. Сергей тоже по делам своего

аврального строительного бизнеса завяз в Москве, поэтому Нелли Федоровна вновь осталась одна. В клинику она ехала вместе с русскоговорящей переводчицей Галей. Они долго ехали по горному серпантину на забавном дизельном «мерседесе», все вокруг дышало каким-то особенным умиротворением и покоем: маленькие ухоженные деревни с игрушечными домиками и красными крышами, нереально яркое голубое небо, оттененное чистотой белого снега, неожиданно синие елки, повсюду сновали загорелые лыжники в пестрых костюмах, сияя приветливыми улыбками.

Нелли Федоровна смотрела по сторонам, механически отмечая красоту окружающей природы, но ее душу это никак не затрагивало, точно она смотрела на обложку швейцарской шоколадки. «Молочный шоколад «Милка» вокруг, и я внутри шоколада», – придумала она какую-то странную ассоциацию и почему-то успокоилась. Казалось, что ее отделяет от внешнего мира некий барьер, и она смотрит, видит, но не чувствует, слышит, но не верит, как будто ее тело подавало в мозг совершенно неверные сигналы.

Нелли Федоровна сидела в машине и сквозь свои мысли постепенно начала улавливать смысл того, что происходит вокруг.

Переводчица Галя щебетала всю дорогу, рассказывая про доктора Юргена.

– Я точно знаю несколько случаев излечения рака, а чего уж говорить про сахарный диабет! Ему это – раз фыркнуть! –

рассмеялась Галина. – Вам просто повезло – он очень редко бывает свободен: все время в поездках, то в Японии, то в Америке, отловить его очень сложно. Он сам изучает по анкетам случай и подбирает специальную программу, причем далеко не всех приглашает в клинику. – Галя наклонилась вплотную к уху Нелли Федоровны и таинственно зашептала: – Даже многим русским денежным мешкам отказывал, и даже этой нашей мадам с диабетом – ну, вы понимаете, о ком я говорю. – И Галя причудливо пошевелила своими аккуратно выщипанными и подведенными бровями вверх-вниз, а Нелли Федоровна растерянно пожала плечами. – Мне самой доктор Юрген очень помог, у меня тоже были серьезные проблемы со здоровьем после травмы. Я его обожаю!

– А он хоть симпатичный? – вяло поинтересовалась Нелли Федоровна. В роли доктора Юргена она представляла себе белокурого пожилого толстячка-арийца с румяными щеками и полными губами. Или бородача с трубкой в зубах на манер доктора Зигмунда Фрейда.

– О да! Очень симпатичный, но вы должны сами увидеть, что я вам буду заранее все рассказывать, – вдруг стала серьезной и таинственной Галя, а потом, вновь оживившись, снова зашептала: – А какие же ваши мужчины оказались молодцы, особенно сынуля, так за вас волнуется, все у меня разузнал до мелочей о докторе, о клинике, я ему даже меню высылала, вот какой заботливый! Ваш Максим все-все досконально разузнал, с доктором разговаривал несколько раз и

только после этого решил выбрать именно эту клинику. Вам здесь точно понравится. Вся жизнь изменится, как в сказке.

– Сказок не бывает, мне не пять лет, – угрюмо пробурчала Нелли Федоровна. При напоминании о сыне вновь закололо сердце.

– А будете себя чувствовать как будто в пять! Я просто хорошо помню свои ощущения после встречи с доктором Юргеном и его методом, – засмеялась Галина.

Галина была в прошлом балериной, танцевала в Мариинке, потом получила серьезную травму, и балет пришлось оставить. Вышла замуж за пожилого немца, найденного после полугода упорного поиска по Интернету, помучилась с ним три годика, но потом решила, что вполне может жить самостоятельно, развелась и стала работать гидом-переводчиком, а потом перешла в сферу медицинского туризма. Галя очень располагала к себе искренностью и теплотой. Нелли Федоровна почувствовала себя расслабленной и защищенной. Ей даже захотелось на несколько минут, чтобы Галя потом стала ее подругой. Такие чувства у Нелли Федоровны в последние несколько лет возникали очень редко.

...Клиника выглядела очень убедительно, но внутри все оказалось просто и непомпезно. Оформление происходило в красивом шале: девушка в национальной одежде проводила Нелли Федоровну с Галиной в уютную гостиную, где потрескивали поленья в камине и стояли кресла-качалки с пледами. Там они заполнили все документы, получили ключи от

номера и выпили с Галиной по маленькой чашечке невероятно ароматного и вкусного чая с корицей. Нелли Федоровна должна была сразу же отправиться на консультацию к самому доктору Юргену.

«Даже в номер не дали зайти с дороги, тоже мне сервис», – ворчала про себя Нелли Федоровна недовольно. По привычке она все время искала, к чему придраться.

В небольшом кабинетике, до верха заставленном стеклянными шкафами с книгами и отделанном дубовыми панелями, за огромным письменным столом сидел невысокий мужчина, внешне похожий на японца. Он просиял белозубой улыбкой, увидев вошедших с медсестрой женщин.

Нелли Федоровна была поражена внешностью доктора Юргена. Облик доктора совершенно не совпадал с представлением, которое уже сформировал мозг Нелли Федоровны. Она ожидала увидеть кого угодно, но никак не худенького и довольно молодого азиата.

– Это что – доктор Юрген? – изумленно спросила у Гали Нелли Федоровна.

Галя только покивала и улыбнулась, задорно подмигнув.

Доктор Юрген ловко вынырнул из-за своего стола и направился к Нелли Федоровне. Он пожал своей сухой горячей ладонью расслабленную и чуть влажную руку растерянной Нелли Федоровны.

– Я очень ждал вас, Нелли. Вы – необыкновенная, сильная и прекрасная женщина. Настоящая русская женщина! Я

горжусь тем, что вы приехали ко мне в клинику, – сказал доктор, а Галя перевела.

И тут доктор Юрген сделал нечто совершенно неожиданное. Он подошел к Нелли Федоровне вплотную, широко распахнул руки и крепко обнял ее со всей силой своей сухой, маленькой фигурки. Обнял так, как обнимают долгожданного друга после долгой разлуки. Нелли Федоровна буквально оцепенела, внутренне возмущившись, но вдруг... Невидимая пружина где-то в груди разжалась, и от сердца как будто пошла какая-то блаженная, почти болезненная волна: в этой волне переплелись боль, томление, одиночество – и одновременно слияние и освобождение, расширение, все-ленский покой и невероятная открытость и уязвимость... В неожиданных объятиях этого незнакомого человека она на несколько минут стала тем самым маленьким ребенком, который мечтал о счастье, любви и еще о чем-то прекрасном, что не опишешь так просто словами... Она внезапно расплакалась. Слезы освобождения текли у нее по щекам сплошным потоком, и на душе вдруг стало легче, и одновременно ей было немножко стыдно этого чужого мужчины, этой чужой женщины, но она не могла сдержать странного и неожиданного проявления своих чувств.

...Они стояли обнявшись долго, не в силах прервать какой-то непонятный и волнующий процесс обмена энергиями. Доктор Юрген по-прежнему обнимал Нелли Федоровну и потихоньку покачивал ее в своих объятиях, как качают

ребенка. Галя осторожноенько подсунула Нелли Федоровне пачку одноразовых носовых платочков.

– Все хорошо, все будет хорошо, – ласково улыбаясь, приговаривал доктор Юрген.

– Я... Со мной... О! – всхлипывала Нелли и не могла остановиться. – Я... я так боюсь смерти!!

Доктор Юрген засмеялся:

– Вот придумала, чего бояться! Вам совершенно нечего бояться, надо думать о сегодняшнем моменте, вы должны начать жить лучше сейчас, по-настоящему, а не умирать. Думающий о будущих неприятностях упускает прекрасное настоящее.

Наконец Нелли Федоровна смогла немножко прийти в себя, освободившись от объятий странного доктора. Она извинилась, поправила одежду и подошла к раковине с зеркалом, чтобы привести себя в порядок.

Галя тактично, молча протянула Нелли Федоровне расческу и посмотрела на нее ласково и ободряюще, как будто ассистировала на хирургической операции и оперативное вмешательство закончилось благополучно для пациентки.

«Господи, что это со мной? Вот позорище-то! Как я оформшичилась перед фирмачами! – с запозданием лихорадочно пыталась разозлиться Нелли. – Тоже мне кудесник, что устроил... Зачем этот цирк?» Но ей почему-то сразу расхотелось развивать эти мысли, и они улетели темным облачком сами собой, без следа. Она уже полностью владела со-

бой, немножко смущалась, но почему-то ей стало значительно легче дышать, как будто растворился какой-то тяжелый груз внутри. Нелли Федоровна деловито достала губную помаду и неторопливо привела себя в порядок, не обращая больше внимания на доктора Юргена и Галю, которые молча ждали, когда она закончит процесс. Потом она грузно усе-лась в кресло и с некоторой опаской посмотрела на доктора. А он почему-то снова весело рассмеялся.

– Да, фрау Нелли, возможно, только что вы пережили катарсис – очищение. Обычно так быстро катарсис у пациен-тов не наступает, вы просто были готовы к нему. Не пугай-тесь, я – не гипнотизер и не факир. Понимаю, что напугал и удивил вас. Я изучил ваши документы, которые прислали мне несколько недель назад, и очень хорошо понял, почему возникли ваши проблемы.

– Как сильно я больна? – спросила Нелли Федоровна осто-рожно.

– Вы не больны, вы просто неправильно живете, – уверен-но сказал доктор, доставая ее документы из файловой пап-ки. – В нашей клинике вы научитесь нескольким важным вещам. Искать радость во всем окружающем. Игнорировать неприятные мелочи. Сознательно контролировать ненужные мысли. Мы научим вас этому. Это – самое главное. Двигать-ся... Когда вы последний раз делали какие-нибудь физиче-ские упражнения?

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.