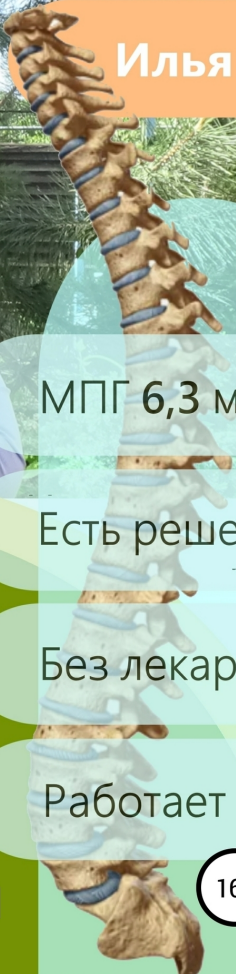




Дорофеев

Илья



МПГ 6,3 мм

Есть решение

Без лекарств

Работает

СПИНА
трудится!
я отказал
ИНВАЛИДНОСТИ

16+

Илья Николаевич Дорофеев

Спина трудится. Я

отказал инвалидности.

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=42954213

SelfPub; 2020

Аннотация

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 яс-

но. 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, пере-

полнявших 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.