

СОДЕРЖИТ

НЕЦЕНЗУРНУЮ

БРАНЬ

**Жиляев Андрей Борисович**

18+

# **ДИАБЕТ ТЕБЕ В ПОМОЩЬ**

18+

Андрей Жиляев  
**Диабет тебе в помощь**

«ЛитРес: Самиздат»

2020

**Жиляев А. Б.**

Диабет тебе в помощь / А. Б. Жиляев — «ЛитРес: Самиздат»,  
2020

ISBN 978-5-532-03816-5

Повесть рассказывает о приключениях больного диабетом молодого человека, скрывшего свою болезнь, но решившего пройти альпинистскую подготовку в учебном лагере « Уллу - тау». В первом же походе, становится ясно, что вся группа пойдёт без набора продуктов, столь необходимых для диабетиков. Маршрут новый даже для инструкторов, экстрим – полный. Единственный выход в такой ситуации - прекратить инъекции инсулина, чем и воспользовался герой. Воля к жизни оказалась сильнее болезни и «разряд» был получен без особых потерь. Содержит нецензурную брань.

ISBN 978-5-532-03816-5

© Жиляев А. Б., 2020  
© ЛитРес: Самиздат, 2020

*– Андриюшенька то слабо крюк забил, расчудесный персонаж! Сейчас долечу, стану с ним вести задумевшую беседу, поминая тихим незлобным словом его и мать его в годы молодости...*

Тридцать семь коло ... нет, не так ТРИДЦАТЬ СЕМЬ КИЛОГРАММОВ!-даже для простой рыбалки такой рюкзак тяжеловат... Интересно с какого будуна дорожники сварили такую лестницу « В небо»– ТРИСТА ступеней? Но именно столько отделяло проезжую дорогу от горной тропы ведущей в альпинистский лагерь «Уллу – тау». Словно предупреждение « Легко – не будет!» Идти предстояло бодро, в небе начинали закипать чёрные тучи – явно к дождю.

– Это хорошо, что ты гитару захватил,– заметил Серёга – Мало кто себе такое позволить может! Все тётки твои будут!

Узкая металлическая лестница бухает под подошвами наших ботинок и кроссовок. Слева какая то конструкция со стальными тросами, это подъёмник, сегодня не работает -соляру экономят. По нему в лагерь доставляют продукты, топливо и снаряжение. Наша лестница отделена перилами и от него и от горного пейзажа. Когда оттираешь пот со лба, становится видно, как привычно лихо качаются рюкзаки товарищей впереди. Ребята здесь не впервые, это я –«Чайник». Команды привал скоро ожидать не приходится, да и не где здесь приваливаться... Так что пёхом, бодро, весело, по молодецки. Начинаю понимать, почему на тренировках нашего альпинистского клуба столько внимания уделялось ногам. Извечный спор горных туристов с «альпинёрами». Первые утверждают, что получают истинное наслаждение от горных видов. Альпинисты смеются- какой может быть кайф от пленера с неподъёмным брезентовым «горбом» на спине- фантазии...

Ступенька номер пятьдесят... Мужики прижимаются к перилам, навстречу вниз несётся здоровенный персонаж с ,почему то, пустым штурмовым рюкзаком:– Привет! Работает?

Здороваемся. Оказалось наш земляк – Славка Котов инструктор. Диалог мне разъясняют так. Спиртное выше подъёмника не продаётся. Товарищ набрал заказов и спешит в ближайший магазин. «Ближайший» – это вниз ( с пустым рюкзаком) четыре часа, вверх с полным – шесть! СКОЛЬКА?

Впрочем, сам дурак ! Начиналась эта одиссея ещё 12 лет назад, когда медицина вынесла мне страшный приговор – Сахарный диабет. Не сказать, что я был толстый или малоподвижный , просто осложнение после гриппа...Знать бы где упасть! Наверное, какой то комплекс собственной неполноценности заставлял ввязываться в самые неподходящие для «Инсулинового пациента» авантюры. И вот – очередная. Уже есть опыт распития чачи в горных условиях Домбая, а тут друг Маркин предложил заняться «серьёзным» делом – Альпинизмом. Как ни странно, но в регионе, полостью лишённым гор, было даже два альп. клуба. Гор не было, а вот справка , освобождающая от физкультуры была. Тренировки на стене старой казармы в Астраханском кремле воспринимались, как какая – то игра – кто быстрее залезет, обойдёт по периметру здание на высоте один метр. Вязание узлов, использование «железа», отжимание, приседание – вроде ничего нового. Как шутил инструктор « Альпинистами из вас мало кто станет, но завязывать бельевые верёвки вы будете с закрытыми глазами! Любым из 10-ти узлов!!!» Как бы там не было, но норматив я через год упражнений сдал, чуть сложнее была медицинская справка «Здоров», остальное – дело техники и за спиной в спиртовой укладке как в шейкере подпрыгивает шприц, иголки и коробки с инсулином отбивают степ с каждым шагом.

Ступенька номер сто. Это только кажется, что десяти -этажный дом пешком спортсмену не проблема. Рюкзак говорит о другом... Начинаю понимать смысл на первый взгляд бедовых диалогов перед выезда из дома:

- Кто зубную пасту берёт?
- Я, а газет сколько взяли?
- Рулон туалетной бумаги-хватит?

–Так, если на 12 дней, на 4-х человек...

Практически каждая вещь, пригодная для совместного пользования обсуждалась «на полном серьёзе». Ну, да- граммы складываются в килограммы и всё это на наши плечах... Ребята заранее предупредили, что двадцать дней мы будем отрезаны от цивилизации с её магазинами, сервисом ( пусть и Совковым), медицины и прочих услуг. Конечно, кое какой прокат снаряжения в лагере условно существует, но нам это не по карману. Единственная ниточка, которая будет нас связывать с «Большой» землёй – это грузовик, завозящий продукты от подъёмника до Уллу – тау.

– Ты знаешь он так и курсирует от подъёмника до базы, ниже подъёмника он был только однажды – когда сюда на службу поступил. Платформа доставляет наверх грузы, он их забирает и сразу в лагерь. И так всю жизнь...

«Рабочий ослик» сегодня отдыхает или ждёт соляры . Буквально через неделю удалось понаблюдать этот процесс «В натуре». Тогда в поисках бутилированного просветления пришлось сгонять в сельпо, затарились, добрались до подъёма.

Ждали долго, грела одна мысль, что подъёмник на этот раз исправен и доставит нас с попуткой до лагеря свежими и не вспотевшими. Наконец объявили погрузку. В подъёмник влезли три поддона с майонезом, замороженная туша коровы, коробки с консервами, полсотни буханок хлеба и мы- страждущих халявной поездки, шесть человек. «Пошто мы чикаем?!», – из самым пожилым из нас оказался каким то профессором Йоги из Чехословакии, жаждущим сатори или просветления в горах Кавказа – ничо старик, только уж больно нетерпеливый. Всё нудил и нудил, нет как все наши – Советские, ждать , не роптать! ГАЗон не роптал – дело привычное. Перегрузили всё в его обитый жостью кузов, тронулись... Сказать, что это слово плохо подходило для горной «дороги» – слева стена, справа обрыв, ширина обломков скал, которые местные называют Дорогой, метра три больше... «Дорогой, водка есть?», вопрос водителя – свана, казался неуместным в таком экстриме – «НЕТ!!!» ГАЗон пополз в гору. Надо заметить, что другой «дороги» он и н знал, как и его водитель. Отрезанные ступенями от ущелья последние 30 лет они так и ползали «туда – сюда» от лагеря до подъёмника без надежды на амнистию. Опять заныл чех, пришлось спасти честь страны древней присказкой: « Дед, Русские долго запрягают, да быстро ездят!». Пока чех пытался перевести и заучить эту парадигму наш сван стал демонстрировать школу каскадёрства на уровне выпускных экзаменов – грузовик то чиркал бортом о скалу, то свешивался боком над пропастью, то прыгал на ухабе, то «нырял» в выбоину.

Анекдота чех не понял , тем более что на выбоине раскололись банки с майонезом и замороженная туша, укоризненно кося глазом, стала скользить по кузову, норовясь забодать то одного то другого пассажира «Торро!!!» Побледнел не только йог! К счастью ГАЗон затормозил, свешившись с водительского места, прямо над пропастью водитель радостно объявил : «Топливо кончилось!». Наиболее опытный из нас молча протянул ему пузырёк «Пшеничной», бульк и она пропала вся в пасти свана « Тэпэрь – поехали!» Ещё с час борьбы со смертью мы вынесли стойчески, когда машина, наконец , встала у продуктовой палатки лагеря чех « А я понял смысл – РУССКИЕ ДОЛГО ЗАПРЯГАЮТ, НО БЫСТРО ЕЗДЯТ!». Вот оно – Сатори!

Ступенька номер двести. Компрессы – долой! Компрессом альпинёры называют все рюкзаки. И это верно – наши спины мокро-чёрные от пота, хоть выжимай. Мне в поход одолжили рюкзак «Ермак». Дюралевая рамка с мешком, предназначен для равнинных путешествий.

– Ничего, попозже нормальным обзаведёшься,– Серёга достает из своей «Американки» горсть сухарей,– Ты с Ермаком лучше в гору не лезь, рамка , конечно, нагрузку равномерно распределяет, но при падении «кувырком» легко ломает шею- проверено... -сказано так обыденно, что можно подумать , что перелом шеи – повседневная досада альпиниста...

Развитие альпинизма в СССР произошло скорее «Вопреки». Полное отсутствие снаряжения в свободной продаже породило целый клан цеховиков, изготавливающих таковое «на

коленке». и только Представители властей удивлялись- для чего злоумышленники методично срезают цветную капроновую ткань с уличных торговых навесов. Знающие люди изготавливали из неё и рюкзаки, и палатки, и анараки... Та же судьба постигала и первые уличные баннеры... Что говорить о титановых крючьях, закладках и всей прочей альпинистской дребедени, которая спасла не одну сотню жизней. Драгоценный титан исчезал с предприятий, чтобы вместо продукции для оборонки превратиться в ледорубы и страховочные карабины. Пусть это будет наш вклад в дело мира – Аминь!

Суровые условия порождали альпинистский цинизм, много круче врачебного и даже журналистского. Практичный Маркин тащит на плечах килограмм зимних груш и пяток сушеных вобл.

– А на фига тебе груши в горах?

– А вот дней через десять, когда сухари и консервы всем попере́к горла встанут – это валютой станет! И на вещи поменять можно и на популярность у теток и вообще...

– А чё не яблоки?

– Яблоки быстро пропадают, груши – вечная весна!

Несколько странный выбор продуктов – отсутствие нормальной клетчатки, даёт профессиональную болезнь альпинистов – запор. Какие тут груши?

– А, вот – увидишь – к кому в палатку тетки очередь займут!

Ну, ему виднее, по количеству восхождений и опыту горного воздержания – он среди нас первый...

Мне не до груш, равно как и не до ананасов а шампанском – известную площадь рюкзака занимают сух. продукты, с повышенным содержанием углеводов – брикеттики сахара, сэкономленного в поездах, таблетки глюкозы с витамином и сушки... Последние – моё ноу-хау. В процессе производства сушки какое то время обдаются крутым кипятком и становятся «хлебными консервами»– ни плесени, ни грибка них не бывает. А раздавить в кармане хлебные кольца на четыре части – раз плюнуть. Так столь необходимые углеводы попадают в рот диабетика незаметно для окружающих...

Ступенька номер триста.

Ну, поехали!– Командует Барзосеков с интонацией Гагарина. Оказывается до лагеря ещё переть и переть, радуется, что не по железным ступеням – по тропе. Оглядываюсь, наверное это красиво, если оттереть пот со лба и мысленно представить себе этюдник: заросшие зеленью склоны, голые обрывы, ручьи с намёками на водопады... Начинает капать дождик – вот только тебя не хватало. Опытные друзья достают из клапанов рюкзаков целлофан, укутывают не себя – рюкзаки. Сергей с аристократическим видом достаёт китайский автоматический зонтик, щёлк и он «в домике». Поначалу думаешь – выпендривается, ан нет – это Опыт. Не стоит терять время-силы на снятие «Компресса», одно движение и ты с рюкзаком будете сухими, вода тоже вес имеет... А если учесть что, дожди здесь, обычно короткие, мелкие, но частые – становится понятна это роскошь. Опять – подъём, кроссовки, отдавшие дать моде внизу, начинают отрабатывать свою стоимость. После железных ступеней по каменистой тропе идти много легче. Начинаю понимать, что означает «любоваться пейзажем». Здесь полный набор – сосновый лес, скалы, обрывы, грибы, ручьи, белочки. Кстати о Белочке – у альпинистов встречается, но редко. Здесь и так много всего, что напоминает страшную сказку – да и физические нагрузки не подразумевают чрезмерное злоупотребление – с потом всё выходит моментом. Нет, есть конечно и альп. алкаши, но это Мастера (именно с большой буквы). Куда мне до них – Чайник, ещё всему предстоит учиться... Ребята просвещают меня в иерархии.

– Вот, норматив внизу ты сдал, сейчас твоя задача получить значок «Альпинист СССР» – это первая ступень. Если выдержишь, потом начнутся разрядные восхождения, ну если альпинизм- это твоё... Не комплексуй, почти для всех «Значок» – это и начало и сразу конец спор-

тивной карьеры – говна наешься полной ложкой! Хотя в любом случае кайф должен получить...

Ну, мобыть – поглядим, пока дождь зарядил по полной... Так – мокрыми курицами и влетаем в лагерь. Уже смеркается, а стало быть, ужин уже закончился. Не беда – в Уллу- Тау всегда полно земляков, вот и они – мокрые объятия, шлепки по плечам, нас ведут в домик. Пузырёк водки ещё припасённый в Астрахани более, чем кстати, ребята что то из столовки притырили, так что закуска есть. Усталость и стакан водки вырубают тут же, «дюльферю» прямо в кровать пол убаюкивающие свежие новости – бормотание за столом:

– Серёга поломался, Олег на 4-Б ходил, Ленку откопали – поморозилась...

Доброй ночи!

Ночь с устатку промелькнула со скоростью света, просто темнота как в гробу, под утро даже колокол зазвонил, трезвонил каким то набатным звоном...

– Новичок, подъём! На зарядку становись, – Колька теребил меня как то опасно отстраняясь. Было от чего – спал я одето – обуто, мог лягнуть кроссовкой. Разлепив веки, увидел спальню- подсобка с кроватями и горами матрасов- одеял, посреди подобие стола заваленный вчерашними объедками, их осталось мало, пустых бутылок и фляжек – много... Ну, с добрым утром! Оказывается, все уже поспешили на зарядку, а приснившийся Набат был реальным звоном корабельной рынды.

– Её Кот аж из Астрахани припёр, собака!

– За что ж ты так его?

– Прикинь, не лень же было 8 кг. на плечах нести. С тех пор все «по склянкам» происходит. Так всех достало, что даже обычай появился – когда все получают свои разряды- Значки, нужно обязательно рынду украсть и подальше выбросить. После вручения, конечно, ребята всю ночь отмечают, а утром р-раз и лагерь поднимать нечем, приходится инструкторам по всем домикам ходить, пинков раздавать... Так что, вместо зарядки все рынду ищут в лесах, бодрит с похмелья.. Ну и нам пора – построение будет!

На плац уже выползли первые жертвы, объявляют, то вместо зарядки мы должны помочь близкому. За ночь дождя речка Адыл-Су, напилась осадками и смыла мост, сообщающий лагерь и Большую землю. Так здесь называют кош, расположенный на том берегу. В коше живёт Хозяин ущелья с семьёй и всем хозяйством. Не смотря, на развитой социализм, Хозяин живёт справно – с десятков коз, овец и коров дают возможность приторговывать в лагере шерстяными свитерами, айраном и «кому что нада». Последнее пользуется бешеным спросом в Уллу- тау, самогон как то миновал Горбачёвские перверсии и поставлялся замерзшим альпинёрам исправно и наивысшего качества. Всё это я узнал, перетаскивая валуны в ледяные струи горной речки. Собственно мостом это не назовёшь – так дамба, но пародируя фильмы про радость коллективного труда, отряд шумел, смеялся и даже пытался петь разухабистые советские шлягеры... На эту созидательную работу ушло пол – дня с перерывом на завтрак. Кормят здесь на убой, даже лучше, чем внизу в городе – голодный альпинист опасен по определению. Рассматриваю лагерь, плац окружён домиками на 5-7 человек, спортплощадка из хитроустроенных брёвен и камней, канаты, турники, столовая, баня.

« В здоровом теле – здоровый дух!» – кстати, в оригинале древняя латинская поговорка звучит иначе «Великое благо, когда в здоровом теле здоровый дух!» – почувствуйте разницу смысла... Даже не верится, что всё это в самом высокогорном в мире лагере. Есть даже милиционер и врач в медпункте. Верно, за образец брали санаторий или военную часть или лагерь для трудных подростков. Подростков от 16 до 50 лет на построении представили инструкторам, разбили на отряды, провели медкомиссию. Хозяин ущелья презентовал бутылку Чачи и шерстяные носки – верно, уже рассматривал нас, как постоянных клиентов.

– С ним лучше дружить, – Сергей Коваленков теперь наш инструктор, младший брат – Коля стажёр помощник инструктора. Мне повезло разместиться в их домике – красота, всё ж наши, низовые, можно сказать Крёстные отцы по альп . клубу,

– Думаешь, у него последний раз мост смывает? Ага, только в этом месяце уже шестой раз его набрасываем! Валуны, конечно не асфальт, но всё переправа, опять же ванна!

–?

– А вон, видишь, ребята раздеваются, щас купаться будут. Баня только после восьми протопится, а пот сейчас смыть хочется, да и постираться, кто с горы пришёл...

Я не с горы – я в гору шёл, но запах собственного тела в кристальном горном воздухе, говорит что помыться надо... Подходим – группа весёлых ребяток плещется в запруде нашего «моста». Трогаю ногой воду – жуть, как холодно, но перед коллегами стыдно, плюхаюсь с воем в этот горный поток – словно в кипяток нырнул. Оглядываюсь – вижу, как надо здесь купаться, рядом отжимаются прямо в струе пяток «моржей».

–Отжимайся активней – замерзнешь же,– советует опытный Коля,

– Она вообще не замерзает только за счёт скорости и камней!

Моего мужества хватает на десяток отжиманий «по» и «против», течения, получаю валуном по тылке и с чувством выполненного долга, выпрыгиваю на берег. Здесь уж разложены на просушку чьи то вещи, которые уже высохли под ветром как то побелели и заскорузли – это известняк. Альпинисты грохают этими «жестяными» анараками о камни – выбивают белую пыль – довольны! Чтобы согреться купальщики бегут по кромке реки, размахивая руками и сверкая синими от холода задами. Присоединяюсь к этому забегу, так же вращая руками, в попутке разогнать кровь по жилам. Возвращаемся всей толпой в лагерь. Всё – таки красиво здесь, нереально красиво. Сумасшедшая речка, как античный Сизиф катит свои камни, словно для какой – то комсомольской стройки – ударно и с задором. Вроде для волжанина она не широкая, так метров десять, но...

– Не пробуй перебраться на тот берег после дождя, даже если за чачей – оступишься и лови тебя потом по частям...

– Какой – то мужик, верно, пытается меня – новичка напугать. Знаем мы эти приколы лагерные,

– Да, ладна, мы – волжане, нас поймают!

Мужик, как то хмыкнул и пошёл быстрее,-

– В позапрошлом году, тут одна парочка вон в тот грот спрыгать решили – полюбоваться. Паренёк допрыгал, а тётка оступилась, течением и унесло – тело так и не нашли, Адыл – су перемолола. Жалко, молоденька тётка была- 17 лет...

Мысленно пытаюсь представить Тётку семнадцатилетнюю. Жалко, девушку, конечно. Ещё жалко тот грот, теперь туда никого не заманишь. А место красивое, прямо в скале речка за тысячи лет выточила целую двухспальную кровать совмещённую с ванной. Надо будет пообследовать завтра окрестности, « и под каждым ей кустом, был готов и стол и дом». Любите классику, дети!

– Ты его слушай, новичок, это ЗАМНАЧУЧА!

– Этот поезд едет на Чучу?

– Не смешно – он самый главный по горам. Заместитель начальника учебной части – без его одобрения никто в горы не ходит. Прикольный старик – всю жизнь альпинизмом занимается, каждое лето – здесь. Зовут Ким Кириллович или просто Кирылыч! Кто то из наших разыскал его в Москве, оказывается доктор наук каких то – уважаемый человек. Его в костюм-галстуке и не узнать, вона как...

Тут трудно определяется возраст и статус человека – все одинаково небритые, пыльные, простецкие. Люди так устают от благ цивилизации, что сбегают сюда, чтобы побыть собой и

среди своих. Не принято хвастать своими квартирами, тачками, любовницами. Ты маршрут 5-Б пройди, сразу будет видно «who is who».

Возвращаемся к складу – снарягу получать. Я бы над ним вывеску сделал золотом «Абалаков» – это изобретатель практически всего советского альп.снаряжения от обвязки до рюкзака. Всё надёжное, проверенное временем, только, похоже, время это прошло...

В очереди шумно и весело, есть время познакомиться с группой – мальчики, тётки – пятьдесят человек со всего союза. Опыт у всех, как у меня – то есть полное отсутствие такового. Настороженные шутки, приколы, ничего со временем притрёмся наверное... Всё – спать!

День второй

Склянки, подъём, слава Богу – сегодня солнечный день. Это подтверждает многоголовый рёв неизвестных «Здравствуй, солнышко!!!» В лагерь зашли новые гости «наследники Шаталовой» – то ли врач была, то ли физиолог, но наследников наплодила... Стали палатками прямо за лагерьем, ну, посмотрим что за люди.

Убей Бог – не помню, сделал ли я себе вечернюю дозу инсулина. Вроде, как выработанная привычка, но... Столько вчера было всего нового, прикольного. Вроде, судя по самочувствию – сделал. Теперь не определишь – проблема в том, что большая физическая нагрузка, обычно, снижает сахар в моей крови. И не только моей... В детстве, чтобы доктор поскорее выписал из больницы, новоиспечённые диабетики перед анализом приседали и подпрыгивали до кругов в глазах – анализ был «хоть в армию отправляй». Ну, не буде о грустном, на всякий случай убавляю дозу «наобум», разберёмся – я так понял, что с «физиухой» здесь будет с избытком..

Не ошибся, на утренней зарядке всего было в достатке – только на ушах ходить тренер не заставлял. Любопытные тренажёры здесь, леса вокруг полно, вот и сгодились сосенки. Например, гладко оструганная вершина дерева расположена вроде бума, только держится на одном наиболее толстом конце. У инженеров это называется «балка с зажатым концом». Пройти её надо от толстого конца, до тонкого. Разрешается махать руками, ногами, материться, прочее... Изюминка в том, что с каждым шагом ствол становится тоньше и начинает отыгрывать вроде подкидной доски, ну, бывает, иди к дохтуру!!! И таких снарядов с добрый десяток. Меня совсем достала лестница – ступени её из тех же стволов, только подвешены за оба конца на верёвках вроде качелей. Расстояние между ступнями метр, нужно прыгать, разумеется, ступени тут же расходятся, затем сходятся прямо на черепе – больно!

## **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.