

От Автора

Путь настоящего воина связан с кровавыми битвами и триумфальными победами. А что если эти победы безмолвны, битвы незаметны и они происходят только с самим собой, а доблестный воин поражен тяжелой болезнью? Менее ли значимы эти победы?

Эпилепсия – не конец жизни, и тем, кто пытается преодолеть этот смертельный недуг, да и любое другое большое несчастье, я посвящаю эту книгу. Дай Бог, если я смогу кому-нибудь помочь.

Предисловие

Эта моя история уникальна и удивительна.

Даже для врачей, не говоря обо мне.

Или, может быть, нет?

Может быть, сотни, тысячи, сотни тысяч людей уже пережили нечто подобное и смогли стать полноценными людьми во всех смыслах этого сухого медицинского определения?

Так сложилась жизнь, что в самый разгар моей буйной молодости у меня обнаружили эпилепсию. Ты не выбираешь себе болезнь, но можешь выбрать, как с ней жить.

Наша жизнь – один сплошной выбор! Мы выбираем, кем быть, с кем жить, что делать, как жить, в конце концов, чтобы оставаться человеком при любых обстоятельствах.

Порой, сделать правильный выбор среди соблазнов современного мира очень трудно.

Да, этот путь не для слабых, но те, кто проходит его, обретают редкую глубину понимания смысла жизни, стойкость и способность светить во тьме страдания другим. И, поверьте, это не громкие слова!

Я очень надеюсь, что эти страницы, подобно последнему осеннему листочку на старом плюще в рассказе О'Генри, сопротивляющемуся дождю и ветру, упорство которого спасло больную девушку, тоже помогут кому-нибудь найти правильный путь.

Эта книга — не о болезни, а о силе и энергии, которая скрыта в каждом из нас.

Я еще вернусь к литературе и искусству, чтобы продемонстрировать волю и мужество великих людей, подверженных эпилепсии. И никто не может сказать помогала болезнь или мешала гениальным авторам в творчестве.

Но в этой книге я обращаюсь ко всем людям, преодолевающим в жизни преграды, поэтому поясню некоторые медицинские термины. Это важно для непосвященных, так как в моей истории все крутится вокруг этих, казалось бы, страшных формулировок:

Эпилепсия — хроническое неврологическое заболевание, характеризующееся повторяющимися спонтанными приступами, вызванными аномальной электрической активностью мозга. Оно оказывает значительное влияние на физическое, психологическое и социальное благополучие человека.

1. Физические последствия.

- Приступы варьируются от кратковременных абсансов – потери сознания на несколько секунд, до тяжелых тонико-клонических судорог с падениями, ушибами и даже травмами.
- Риск внезапной смерти (SUDEP) – редкое, но возможное осложнение, особенно при неконтролируемых приступах.
- Побочные эффекты от лекарств: усталость, головокружение, когнитивные нарушения, проблемы с печенью и другие. Хочу обратить внимание, что это только если неправильно подобран препарат и дозировка и вы не занимаетесь практиками.
- Нарушения сна, повышенная утомляемость. (если неправильно подобран препарат).

2. Психологические и когнитивные эффекты.

- Депрессия и тревожность – частые спутники эпилепсии из-за страха перед приступами, стигматизации и ограничений. Наступают только, если вы не учитесь контролировать приступы;
- Когнитивные нарушения: ухудшение памяти, концентрации, скорости мышления, особенно при височной эпилепсии. Полный контроль, осознанность, концентрация на моменте. У меня нарушена правая лобная доля головного мозга, но, кроме этого, я абсолютно здоровый человек.
- Психозы и изменения личности – редко, при тяжелых формах. Только при полной запущенности болезни.

3. Социальные ограничения и стигма.

- Ограничения в профессии: запрет на работу с механизмами, вождение автомобиля, если

приступы не контролируются. Я вожу автомобиль очень хорошо, хотя при моей дозировке препарата этого делать нельзя, поэтому я делаю это крайне редко.

- Социальная изоляция из-за страха приступов на людях или непонимания окружающих. Это решаете только вы, ведь надо жить, как все!
- Сложности в личной жизни: страх создания семьи, беременности супруги из-за возможного влияния лекарств на плод. Но любовь — это Божий дар, поэтому создание семьи зависит только от вас.

4. Влияние на повседневную жизнь.

- Необходимость постоянного приема препаратов, так как пропуск дозы могут спровоцировать приступ. Строгая регулярность приема важна для результата лечения, отсутствия приступов, ремиссии.
- Ограничения в спорте и активностях, например, плавание, альпинизм и др. — только под контролем. А вначале всегда под наблюдением хотя бы друзей.
- Зависимость от помощи близких, особенно при частых приступах.

Всё? Жизнь кончилась?!

Нет!

Есть люди, которые могут преодолеть болезнь, слезть с препаратов и жить обычной жизнью. Это возможно, если у вас эпилепсия приобретённая и была ремиссия более 5 лет.

У меня почти так и было. Я обходился без препаратов и жил целый год без них. Но мои неосторожные действия, алкоголь и прочее всё вернули назад. Так бывает.

Впрочем, обо всем по порядку.