



ВНУТРИ СОСУДА



ВНУТРИ СОСУДА

**история о скрытых
возможностях мозга
и чудесах нейропластичности**

По Smith

БОМБОРА™

Москва 2021

УДК 616.1:612.8
ББК 54.10+28.707
П41

Po Smith.

П41 Внутри сосуда : история о скрытых возможностях мозга и чудесах нейропластичности / Po Smith. — Москва : Эксмо, 2021. — 192 с. : ил. — (Все как у людей: физиология на простых примерах).

ISBN 978-5-04-118336-3

Книга, в которой реальность сплетается со смелой фантазией, а сложная медицинская тема с историей обычных людей. Каждый день полон забот и событий, и мы забываем о том, что внутри организма живет и действует целая вселенная. Она существует по своим законам, но вдруг случается катастрофа. Инсульт! Ежегодно он поражает все больше молодых людей и является второй по распространенности причиной смерти. Как помочь близким людям пережить удар? Как восстановить работу мозга и вернуться к привычной жизни? Герои, столкнувшись с самым худшим, вместе с автором проходят все этапы болезни, то теряя надежду на лучшее, то вновь обретая ее.

УДК 616.1:612.8
ББК 54.10+28.707

ISBN 978-5-04-118336-3

© Po Smith, текст, 2021
© Po Smith, иллюстрации, 2021
© Оформление. ООО «Издательство
«Эксмо», 2021

О г л а в л е н и е

ГЛАВНЫЕ ДЕЙСТВУЮЩИЕ ЛИЦА	7
Роман	7
Вера	8
Клайв, Лола	8
Миса, Дэни, Эд и самый маленький — Поппи	9
Боб	9
Механик	10
Надсмотрщик	10
ПРЕДИСЛОВИЕ	11
ГЛАВА 1	13
17 апреля 2016 г. Роман	13
17 апреля 2016 г. Вера	32
ГЛАВА 2	45
20 декабря 2012 г. Бляшка	45
13 марта 2013 г. Тромбоз. Транзиторная ишемическая атака	70

ГЛАВА 3	87
13 марта 2013 г. Роман	87
13 марта 2013 г. Вера	98
ГЛАВА 4	104
17 апреля 2016 г. Инсульт	104
ГЛАВА 5	118
17–28 апреля 2016 г. Роман	118
ГЛАВА 6	170
17–28 апреля 2016 г. Нейропластичность	170
ГЛАВА 7	183
29 апреля 2016 г. Роман	183
АЛФАВИТНЫЙ УКАЗАТЕЛЬ	186

Главные действующие лица

Роман

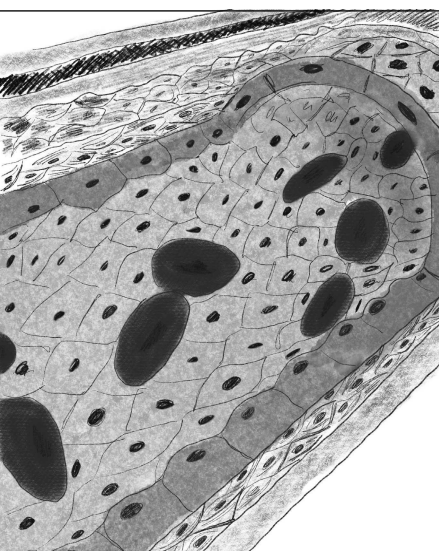
Я серьезный человек, у меня много планов и уже много сделанных дел. У меня есть жена и дочь... и по меркам среднего жителя нашей родины я весьма успешный, с регулярной зарплатой служащий полиции. Мне за пятьдесят, но я все еще здоров и в состоянии выпить бутылку водки и чувствовать себя неплохо. И я не готов ходить по врачам и выписывать себе снадобья от мифических гипертонии и атеросклероза. Меня ничего не беспокоит. Не вижу — значит, этого нет.





Вера

Я работаю в самом интенсивном по нужде и посещаемости месте — в поликлинике. К тому же на весьма влиятельной должности, по мнению местных пенсионеров, — в регистратуре. Каждый день похож на предыдущий, вереница лиц и одинаковых вопросов. Мне слегка за пятьдесят, я еще полна сил и планов.

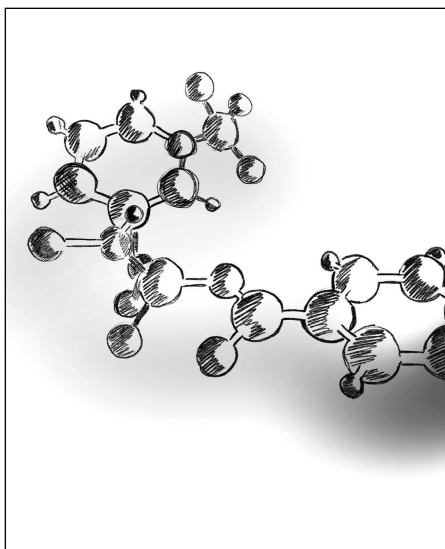


Клайв, Лола

Я стою на страже без сна и отдыха. Я постовой внутри сосуда, сторожевой пес на дороге жизни. Я тот, кто следит днем и ночью за потоком на своем отрезке пути. Я клетка эндотелия, клетка сосуда, выстилающая его просвет. Я все могу. Могу сузить просвет и поднять давление, могу — наоборот, могу позвать на помощь, могу умереть, и на мое место встанет такой же, как я. Мы все здесь внутри на страже одной-единственной цели — сохранить жизнь Хозяину.

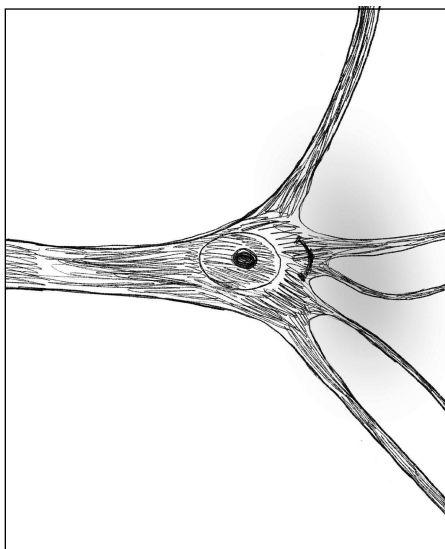
Миса, Дэни, Эд и самый маленький — Поппи

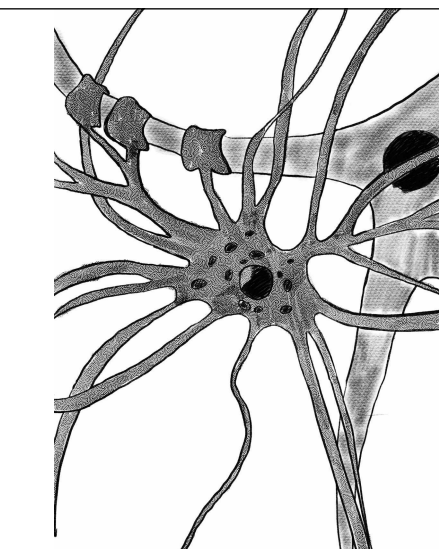
Жирные кислоты. Да, это благодаря нам вы строите свои новые дома, это благодаря нам Хозяин может создать новые ограды для клеток, новые переносчики сигналов, новые стены, новые дороги. Мы — это кирпичи в новых зданиях для нашего мира, мы те, на ком все держится. Мы важнейший строительный материал.



Боб

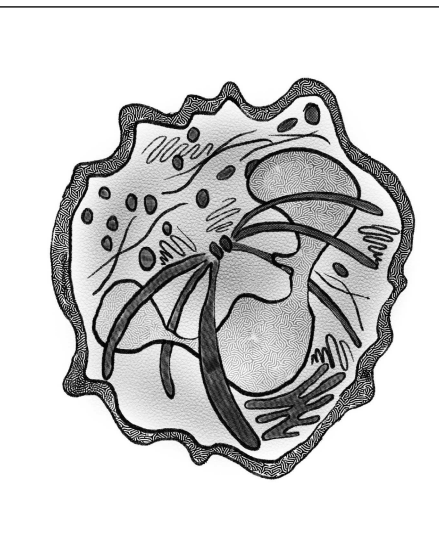
А вот и я, господа. Добро пожаловать. Я тот, кто дает вам шанс изменить мир вокруг вас, я тот, благодаря кому вы способны ходить, держать, передвигать во внешнем мире вещи и передвигать себя. Я нейрон. Гигантская клетка Беца (пирамидная клетка Беца) в коре головного мозга. Я есть движение.





Механик

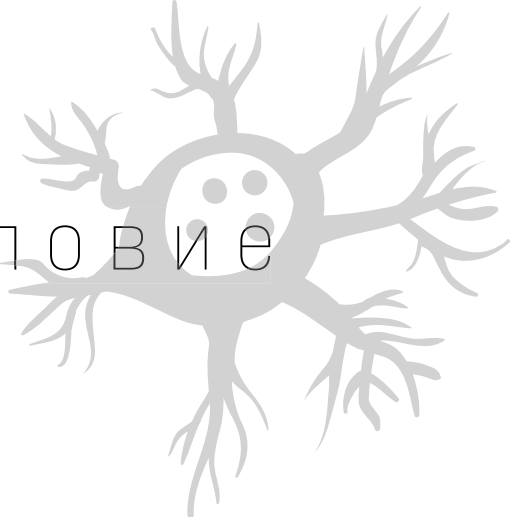
Я тот, кого никогда не замечают, я всегда прикрыт славой других, я прячусь в тени больших звезд, хотя ни одна звезда без меня не сможет жить... и все победы чужих оплачены моей кровью и моим трудом. Я тот, о ком никто никогда не вспомнит, кого не упомянут в рассказах, не похвалят за работу. Я тень. Я немой помощник в лучах славы моих господ, хоть и добыта эта слава и моими руками, моей болью и трудом. Я — глия.



Надсмотрщик

Я всемогущий, у меня абсолютная власть, здесь я решаю, кто будет жить, а кто отправится к праотцам. Я тот, кто уберезет наш мир от врагов, кто стоит на страже наших границ, кто падет в войне смертью храбрых, но не даст чужаку захватить Вселенную. Я тот, кто смывает частицы усопших с наших полей, кто найдет и убьет шпиона, кто отыщет и жестоко расправится с неугодными. Я — клетка. Я — нейтрофил.

Предисловие



Эта книга — не попытка привлечь внимание к здоровому образу жизни. Мы все понимаем: надо следить за собой, надо хорошо (читай — правильно) есть и много спать, надо меньше переживать и т. д. Нет. Эта книга совсем не о том. Она о наводящем всепоглощающий ужас монстре, который поджидает каждого из нас за углом. Никто, абсолютно никто не застрахован от встречи с ним.

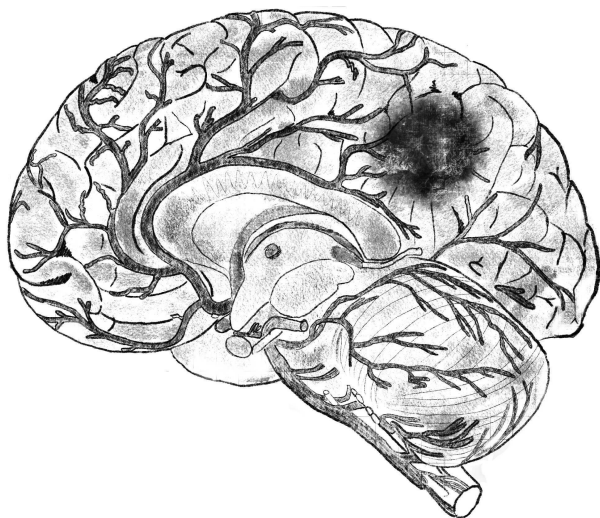
Твой пол, возраст, физическое состояние не имеют никакого значения. Неважно, сколько денег у тебя есть. Монстр не щадит никого. Он непременно разрушит все твои представления о себе. Со всей безжалостностью и мощью растопчет все, что тебе было дорого.

Твои мечты, твоё желание накопить летом на поездку в Испанию, на новую машину, жилье, планы все-таки поменять в январе работу или ожидание судьбоносной встречи с партнерами на следующей неделе и что вот-вот начнутся серьезные дела — все это всего за несколько часов будет разможено. Вся жизнь расколется на множество маленьких осколков, и они слетят с тебя, как шелуха с лука. И останешься перед монстром только ты. И твой страх. Все. И только от тебя зависит, кто победит.

Победа будет не без потерь: после встречи с монстром никто не остается прежним. Но она может быть. Ты можешь выстоять. И наградой тебе будет самое дорогое, что у нас есть, — жизнь.

Эта книга о тебе и мне. И о смерти, которая совсем рядом. Эта книга про инсульт. И если ты думаешь, что это не про тебя, что тебя это не касается, ты ошибаешься. Эта болезнь может затронуть каждого. Если не тебя, то твоих близких.

Мир болен. Но люди предпочитают не замечать этого — не хотят заглядывать за занавес. Преодолей страх, откинь портьеру и узнай о монстре.





ГЛАВА 1

**17 апреля 2016 г.
Роман**

Он открыл глаза, лежа на больничной койке в окружении еще шести таких же усталых, потертых жизнью среднего возраста мужчин. «Так, — подумал он, — что же все-таки вчера произошло?» Голова гудела и отказывалась выстраивать мысли в четкий ряд.

Постепенно он начал вспоминать вчерашний вечер, грандиозную попойку, которую устроили его сослуживцы. Как пьяным возвратился домой ближе к двум часам ночи, как под утро закружилась голова и он подумал, что настала такая степень опьянения, когда, закрывая глаза, чувствуешь, как земля начинает уходить из-под ног. Как потом его затошнило и он решил налить себе стакан воды. До кухни было всего пять-шесть шагов — обычная московская панелька, но он не смог пройти: правая сторона тела не слушалась. Роман вспомнил, как повалился на пол и как жена Вера с руганью пыталась поднять его, поворачивая из стороны в сторону. Через десять минут неудачных попыток

он увидел, как гримаса отвращения на ее лице сменилась страхом и, наконец, непониманием. Она поднимала его правую руку, но та безвольно падала на пол. Вера позвала дочь. Двдцатичетырехлетняя Катя выглянула из-за приоткрытой двери и пробурчала:

— Ну что там еще? Опять напился? Мам, да оставь ты его в покое, к утру проспится и будет в норме.

— Катя, посмотри! — закричала Вера. — Его рука не работает! Звони в скорую!

Роман закрыл глаза, попытался успокоиться, сделал глубокий вдох... «Так. Что было дальше? — Мысли копошились в его голове. — Черт, черт, черт! Помню, голова раскалывалась и кружилась так, что все вокруг постоянно находилось в движении. Тошнило страшно. Малейшее движение причиняло невыносимую боль. Все тело болело и как будто наполнилось свинцом: не было сил пошевелиться. В какой-то момент мне показалось, что это все. Конец. Это было слишком больно и тяжело... Потом помню, приехала бригада... Фельдшер в грязном, мятом халате, с неприятным и страшно уставшим лицом начал спрашивать, сколько мне лет, чем болел, есть ли гипертония. Потом холодными и липкими руками стал трогать мои ноги и руки, спрашивать, где я чувствую, а где — нет».

Ему вспомнилось странное ощущение, что трогали его только с одной стороны — левой, а с правой почему-то нет. Затем его просили сжать руки в кулак. Он не смог. Поднять сначала одну, затем вторую ногу. Левую он с трудом поднял, а правая осталась неподвижной. После дочь побежала к соседям, несмотря на то что уже было два

или даже три часа пополуночи: фельдшер сказал, что нужна госпитализация. «Господи, до чего мерзкое, холодное слово, — подумал Роман. — Оказывается, если тебя надо нести и ты живешь выше первого этажа, придется искать соседей-мужчин, чтобы они помогли донести твое пока еще живое тело до скорой».

Он вспомнил, как неловко себя чувствовал, когда увидел насмешливое и заспанное лицо Лехи из сорок первой квартиры, удивленное и встревоженное лицо уже пожилого, но еще крепкого Василия Андреевича из пятидесят шестой. Порой в экстренных ситуациях выручают люди, которых ранее ты не замечал. Хотя с Лехой лет пятнадцать назад он еще общался, но сейчас их пути совсем разошлись.

«А хорошо мы вчера отметили все-таки мое повышение, — резко сменил он тему у себя в голове. — Ну все, теперь я капитан Роман Викторович Мерцаев. О-о-о... Звучит волшебно. Теперь нормально заживем. Сможем помочь дочери взять ипотеку, родителей поддержим. Да и вообще планов много. Скоро лето, отремонтируем забор на даче. Да и квартиру не помешало бы обновить. Уж сколько лет прошло с ремонта? Семнадцать, наверное...» Роман продолжил размышлять обо всем, но только не о причине нахождения здесь. Этих мыслей он стал избегать.

Его кровать располагалась у окна в углу, откуда открывался вид на всю палату. Еще четыре кровати стояли слева вдоль стены, и еще три — прямо перед ним. Все кровати были заняты, кроме одной — у двери. Рано утром он краем уха услышал, что сосед ночью «отбыл». Верхняя часть