
ВСЁ
НАСТОЛЬКО
СЛОЖНО,
ЧТО ПРОЩЕ
НЕКУДА
Фёдор Стрельцов

Фёдор Стрельцов

Всё настолько сложно, что проще некуда

https://litres.ru/73579303
SelfPub; 2026

Аннотация

Это моя история превращения хаоса диагноза в упорядоченный процесс. Здесь дисциплина и холодный расчёт стали моими главными инструментами борьбы.

Вместо роли жертвы я выбрал сдержанную иронию и внимание к деталям. Вместо пафоса — личный протокол сохранения ясности мысли в «режиме выживания». Это не ода героизму, а свидетельство того, что истинный стоицизм проявляется в достоинстве и решительном действии здесь и сейчас.

Содержание

Пролог. Грязная оптика 4
Глава 1. Один на один 6
Глава 2. Труднодиагностируемый 8
Глава 3. Смещение кадра 11
Конец ознакомительного фрагмента. 14

Всё настолько сложно, что проще некуда

Пролог. Грязная оптика

В фотографии есть такое состояние – фронт-фокус. Это когда камера цепляется за что угодно, кроме главного объекта. То же самое происходит с восприятием, когда привычный сценарий жизни даёт сбой.

Весь мир вокруг внезапно обретает аномальную резкость: детали окружения, чужие разговоры, ежедневная рутина. А ты сам при этом – лишь размытое пятно на заднем плане. Ты больше не центр композиции и не главный герой своей истории. Ты превращаешься в досадную помеху в чужом, четко выверенном графике, где для тебя просто не предусмотрено места в фокусе.

Мой диагноз не стал для меня вспышкой магния, ослепляющей на мгновение. Он проявлялся медленно, как некачественный снимок в плохом реактиве.

Знаете, что самое сложное в начале? Это не сама болезнь. Это осознание того, что твоя жизнь для системы имеет нулевую ценность. Тебе не говорят ничего конкретного. Тебе говорят: «Ну, там что-то есть, идите в другой кабинет». И ты идёшь. Идёшь по кругу, теряя чёткость восприятия.

Я смотрел на этих врачей и пытался поймать хоть каплю эмпатии, хоть какой-то знак, что мы на одной стороне. Но видел только профессиональную деформацию, превратившую их в биороботов. Моя «оптика» начала меняться именно тогда: я понял, что достижение результата – это теперь не вопрос медицины, а мой персональный проект. Я должен был стать главным инженером собственного спасения.

Сложность накапливалась постепенно, как зерно на старой плёнке. Сначала лёгкий дискомфорт, который списываешь на усталость. Потом странные результаты анализов, которые никто не хочет расшифровывать. И, наконец, то самое вязкое чувство в животе, когда ты уже всё понял сам, а медицина ещё несколько недель играет с тобой в бюрократический пинг-понг.

Я не проснулся однажды утром больным. Я постепенно проступал в этой новой реальности. Сначала из серой неопределенности вышли тёмные пятна страха, а затем проявились резкие, глубокие тени больничных будней. И когда отрицать очевидное стало невозможно, картинка замерла.

Все говорили: «Это сложно». Но на самом деле, сложно было только одно – заставить систему увидеть во мне человека. Всё остальное – химия, протоколы, борьба – оказалось пугающе простым и понятным алгоритмом выживания.

Глава 1. Один на один

В 2020 году настройки моей жизни были сброшены. Всё, что казалось важным, ушло на дальний план, а в центре оказался диагноз – рак.

Официально диагноз звучал так: Болезнь Ходжкина (лимфогранулематоз), нодулярный склероз. Если проще – классическая лимфома Ходжкина. Это был момент, когда моё будущее перестало принадлежать мне и превратилось в набор медицинских кодов и протоколов.

Писать свои первые заметки и вести блог я начинал, когда находился в самом эпицентре событий. Тогда я проходил второй курс химиотерапии в Обнинске, в МРНЦ им. А.Ф. Цыба. Из-за пандемии COVID-19 я был заперт в больничных стенах на долгие месяцы. Свободного времени в палате оказалось слишком много, и я решил потратить его на то, чтобы зафиксировать свой путь от и до. Рассказать о деталях, подводных камнях и нюансах, о которых обычно не говорят.

Когда сталкиваешься с такой проблемой, ты моментально оказываешься один на один со свалившимся на тебя испытанием. Мир вроде бы рядом, но ты – в вакууме. И никакие советы или «умные мысли» от людей, которые не проходили через это лично, тебе не помогают. Они просто не попадают в цель.

Мне было трудно. Тяжело. Но за то время я узнал о болез-

ни и системе здравоохранения столько, что оставлять это в себе было бы неправильно. Я писал те статьи с одной целью: если мой опыт поможет хотя бы одному человеку, который сейчас стоит в начале своего пути, значит, всё это будет не зря.

А ещё это история борьбы одного конкретного человека, скрытая за обыденным фасадом. Мы каждый день проходим мимо таких людей, не задумываясь, что за привычным взглядом может стоять опыт преодоления, меняющий саму суть человека. Моя история – это не ода героизму, а свидетельство того, что истинный стоицизм проявляется в способности сохранить ясность мысли в режиме выживания, здесь и сейчас.

Теперь, когда экспозиция выровнялась, я готов заново пересмотреть каждый кадр своего пути через бюрократический и медицинский шум. В этой книге я расскажу обо всём: о первых симптомах, врачах, анализах, системе здравоохранения, отношениях с близкими и о себе. Тот период жизни стал той самой точкой, где моя оптика восприятия мира изменилась навсегда.

Глава 2. Труднодиагностируемый

Лето 2019-го ничем не выделялось и шло по инерции: работа, планы, привычный ритм. В те дни жизнь казалась абсолютно предсказуемой, и я даже не задумывался о завтрашнем дне. Оглядываясь назад, понимаешь: это была тишина перед тем, как затвор сработает на критической ошибке и привычный мир рассыплется на нечитаемые пиксели.

Всё началось буднично: поднялась температура. Невысокая, тридцать семь с небольшим «хвостиком». Она продержалась несколько дней и исчезла так же тихо, как и появилась. Никакого кашля, никакой слабости – ничего, что могло бы заставить бросить всё и бежать в больницу.

Через пару недель сценарий повторился. Снова чуть больше 37-ми, снова пара дней и пустота. Вот тут я впервые насторожился. В фотографии есть такое понятие, как «шум» на снимке – вроде бы картинка видна, но что-то мешает восприятию. Эта температура была моим первым цифровым шумом.

Я сдал развёрнутый анализ крови и показал его знакомому врачу. Стало ясно: в организме идёт какой-то воспалительный процесс. Но где? Почему? Мы выдвинули несколько версий, обсудили возможные варианты. Но это были лишь предположения. Нужно было начинать проверять всё по пунктам, методично и глубоко.

Но в процесс вмешалась обыденность: времени всегда не хватает. Работа, домашние дела, личные планы – жизнь не останавливается, чтобы дать тебе поболеть. Если проблема не бьёт тебя наотмашь, ты просто отодвигаешь её в сторону. Я задвинул её на задний план и продолжил бежать дальше.

Оглядываясь назад, я понимаю – это был мой промах. Но откуда мне было это знать тогда?

К новому году «шум» стал громче. Субфебрильная температура, как её называют медики, начала доходить до 38 градусов. Сценарий стал цикличным: неделя жара, две недели передышки, и всё по новой. Игнорировать это стало невозможно.

Любой путь в медицине начинается с терапевта – «вратаря» системы. В моём случае этот этап сразу выявил критическую ошибку в настройках системы: тотальную незаинтересованность. Терапевт не ищет причину, он лишь механически сортирует, стараясь быстрее заполнить формы и передать тебя дальше по конвейеру. На этом уровне ты интересен системе только как единица отчётности, а не как человек, которому нужна помощь.

Наступил 2020 год. Весь мир всё громче и чаще начинал говорить о пандемии, а я в свободное от работы время ходил по врачебным кабинетам. Мне выписывали противовирусные, потом – антибиотики. На какое-то время они «сбивали» симптомы, и температура уходила. Но стоило прекратить приём, как всё возвращалось. Конкретики не было. Для

системы я стал техническим браком – «труднодиагностируемым» объектом, который не удаётся поймать в фокус стандартных протоколов. Звучит почти как технический брак: дефект есть, а причину найти не могут.

Ближе к весне проявился новый маркер. В левой подмышечной впадине воспалился лимфоузел. Зависимость была математически точной: температура вверх – узел увеличивается, температура в норме – узел затихает.

Лимфатическая система – это датчики в твоём теле. Если они срабатывают, значит, внутри пожар. Это сигнал, который нельзя пропускать мимо ушей. Конечно, лимфоузлы могут раздуться и от простуды, но мой внутренний счётчик уже начал зашкаливать.

В какой-то момент я понял, что полностью положиться на людей в белых халатах и ждать спасения бессмысленно. Я начал искать причину самостоятельно. Читал статьи, изучал симптомы, сопоставлял факты. Пытался выстроить композицию из тех обрывков информации, что у меня были. В итоге я сам пришёл к выводу: вероятнее всего, у меня лимфома.

Это не врач озвучил мне диагноз. Это я пришёл в кабинет и предложил эту версию. В тот день я окончательно перестал быть просто пациентом и начал двигаться в сторону правды самостоятельно.

Глава 3. Смещение кадра

Лето 2020-го. По планете во всю гуляла пандемия, и это отражалось на всём. Мир будто переключился на одну-единственную настройку – «COVID-19». Все остальные заболевания для нашего министерства здравоохранения просто перестали существовать. Большинство врачей перекинули на борьбу с вирусом, а их и до этого не хватало. В итоге тысячи людей с другими смертельными проблемами остались один на один со своим врагом.

В начале августа я вернулся из Сочи в Калининград. Те, кто живёт в Сочи, скорее всего знают: с хорошими медиками там беда. Как выяснилось позже, в Калининграде ситуация была не сильно лучше. Мои хождения по мукам продолжились.

На УЗИ брюшной полости нашли несколько увеличившихся лимфоузлов. Реакция врача: снова антибиотики. На этот раз не только в таблетках, но и внутримышечно. Так я научился ставить себе уколы самостоятельно. Это был курс на 21 день, но уже через неделю стало ясно: толку ноль.

Температура во время лихорадки стала доходить до 39 и выше. Появилась дикая слабость, боли в животе. Мне было тяжело стоять или ходить.

А в конце августа пришла резкая боль в пояснице. С ней невозможно было лежать – только сидеть под определённым

углом. Обезболивающие не помогали. Две недели я практически не спал, просто дремал сидя, проваливаясь в какое-то пограничное состояние.

К этому моменту может показаться, что я сам дурак. Обращался не к тем врачам, давал им неполную информацию и вообще всё делал не так, как должно. Но, во-первых, кто вообще знает, как должно всё делать в такой ситуации? А во-вторых, могу заверить, что на приёме у врача я рассказываю ему всё без стеснения и искажений. Это один из моих принципов, которого я придерживаюсь очень давно. Иначе, какой вообще тогда смысл обращаться к врачу за помощью?

В начале сентября я сделал КТ с контрастом. Это был мой первый «исходник», показавший реальную картину без ретуши. Заключение подтвердило худшие опасения: воспалено было всё – от шеи до забрюшинного пространства. Рекомендация: консультация гематолога.

Гематолог – это тот же онколог, только его профиль – кровеносная и лимфатическая системы. На приём я взял всё, что накопил за эти месяцы. Принцип здесь простой: в этой системе ты – единственный надёжный хранитель своей истории. Всегда лучше держать при себе полный архив обследований, оригиналы и дубликаты. В условиях, когда данные могут быть потеряны или проигнорированы, твой личный архив – это единственный бэкап, способный защитить протокол лечения.

Врач предложил биопсию – удалить лимфоузел из подмы-

шечной впадины для исследования. Я сразу согласился. Казалось, вот она, развязка. Но система снова дала сбой. Перед операцией меня отправили на ЭГДС (гастроскопию). Обследовав, нашли небольшую зарубцевавшуюся язву в двенадцатипёрстной кишке. Реакция хирурга была абсурдной: «Сначала вылечи язву у гастроэнтеролога, потом возвращайся ко мне на биопсию».

Это было похоже на отказ чинить двигатель автомобиля, потому что у него треснуло лобовое стекло. Гастроэнтеролог к которой я пришёл, мягко говоря, удивилась: чем желудок мешает вырезать лимфоузел? Но протокол был сильнее логики. Процесс затягивался, и не по моей вине.

В каждой медицинской книге пишут: при подозрении на онкологию самое главное – это время. А я его катастрофически терял. Ко мне пришло осознание: здесь, в этой инерционной системе, мне вовремя не помогут.

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.