

Замок моего иммунитета



#ПростоСказки
специально для «ЛДЦ Иммунологии и Аллергологии»

Сергей Гольдин

Замок моего иммунитета

«Автор»

«Автор»

2026

Гольдин С.

Замок моего иммунитета / С. Гольдин — «Автор», «Автор»,
2026

«Замок моего иммунитета» вышел в 2026 году в рамках благотворительного проекта #ПростоСказки. Сказка объясняет детям устройство иммунитета через образ волшебного замка и храбрых его жителей, снижая тревогу и делая сложные темы понятными. В ней простыми словами рассказывают, как работает иммунитет, зачем нужна температура, что такое аутоиммунные болезни и как токсины влияют на организм. Герои — тёплые и поддерживающие наставники, которые показывают, что забота об иммунитете реальна и доступна.

© Гольдин С., 2026

© Автор, 2026

© Автор, 2026

Содержание

Эпизод первый, в котором Вера знакомится с добрым доктором и узнает, что такое иммунитет	5
Эпизод второй, в котором Вера встречает первых жителей Замка, которые не хотят пускать ее внутрь	7
Конец ознакомительного фрагмента.	9

Замок моего иммунитета

Эпизод первый, в котором Вера знакомится с добрым доктором и узнает, что такое иммунитет

Мало кто знает (мне, например, об этом рассказали только вчера, и то по большому секрету), но у всех людей на планете есть имена. Ну, может быть, кроме самых отъявленных хулиганов.

Вот и у нашей героини есть прекрасное имя – Вера. Ее родители сначала думали, что у них будет Костик, но, когда появилась Вера, ничуть не расстроились, потому что она росла девочкой умной, доброй и веселой. А еще очень любознательной и иногда даже любопытной.

– А почему вы назвали меня Верой? – спросила она однажды свою маму.

– Потому что ты нам пообещала расти здоровой, всегда нас слушаться и никогда не расстраивать, и мы тебе поверили, – схитрила мама (в очень редких случаях родителям разрешается так делать).

Мама не стала говорить, что на самом деле ее назвали в честь прабабушки – знаменитого на весь Советский Союз биолога.

Вера любила своих родителей и старалась данного «обещания» не нарушать, поэтому всегда следила за своим здоровьем: мыла руки и ноги перед едой, чистила зубы три, а иногда и восемь раз в день и делала полноценную зарядку не только по утрам, но и после дневного сна.

Как вы уже, наверное, поняли, Вера была девочкой ответственной, но порой чересчур усердной. Поэтому, когда мама сообщила, что отдает ее на фигурное катание, сразу же представила себе занятия на холодном льду, зимой, на озере, где-то в середине дремучего леса:

– Мамачка, но я ведь заболею от такого холода и не смогу ходить в школу, – со слезами на глазах решила возразить Вера. – Ничего не бойся, милая, – успокаивала ее мама. – Если хочешь, мы будем с тобой закаляться. Только начнем завтра, а по сегодня у меня много работы.

Вера не любила ждать... Узнав все о процедуре закаливания от умной колонки, девочка облилась холодной водой, разжевала кубик льда из морозильной камеры и для верности прогулялась по замерзшему балкону босиком.

Вечером, лежа в кровати с высокой температурой, Вера думала, что фигурное катание не для нее, и жалела, что не начала укреплять иммунитет раньше. В этот момент в комнату вошла женщина в ослепительно белом халате и строгих очках:

– Здравствуй, Вера, – поздоровалась женщина и улыбнулась.

– Здравствуйте, кто вы и как сюда попали?

– Я доктор, Генриетта Ароновна, и я часто прихожу к детям, когда у них высокая температура и им нужна моя помощь.

– Вы будете меня ругать и сделаете укол длинной-предлинной иглой? – испугалась Вера.

– Нет, конечно. Я же добрый врач из сказки, у меня и шприца-то нет. Я здесь, чтобы помочь тебе разобраться с твоим иммунитетом.

– Спасибо большое, обойдусь как-нибудь, – заворчала Вера и крепче прижала к себе любимую куклу. – Не понравился мне ваш иммунитет. Апчхи!

– Вера, иммунитет – это сложная система органов, клеток и молекул, которая защищает твой организм. Это целый мир, который без остановки работает на тебя и помогает оставаться здоровой. А ты его холодной водой из ведра...

– Но ведь я же не знала, что там все так сложно, – глаза у Веры увеличились от удивления.

– Так вы мне все расскажете?

– С каких это пор дети доверяют всему, что говорят им взрослые? К тому же в белых халатах, – усмехнулась Генриетта Ароновна. – Ты сама все узнаешь и увидишь, но сначала разберемся с твоей температурой.

Генриетта Ароновна наклонилась к Вере и поцеловала ее в лоб: температуру как рукой сняло.

– Как это так? – удивилась Вера.

– Ну я же врач, – поправляя очки, ответила Генриетта Ароновна. – Дипломированный. А теперь...

Она на секунду задумалась, глядя на куклу в руках у Веры.

– Представь, что твой иммунитет – это большой замок с множеством комнат, а ты в нем – самая главная и единственная принцесса, – она сделала паузу, смотря на девочку. – Хотела бы там оказаться и узнать, как он работает и чем живет?

– Конечно! – воскликнула Вера. – Но мне завтра в школу, и родители вряд ли отпустят меня лететь в другую страну с малознакомой женщиной, хоть и дипломированным врачом.

– Не нужно никуда лететь, – улыбнулась Генриетта Ароновна. – Закрой глаза и представь дверь, через которую ты попадешь в этот Замок.

Вера так и сделала. И через секунду прямо в середине комнаты появилась настоящая, хоть и абсолютно сказочная дверь. Как только девочка открыла глаза, доктор передала ей золотой ключ и сказала:

– Это вход в Замок твоего иммунитета. За ней тебя ждут удивительные приключения и открытия. Как только ты захочешь вернуться назад, просто представь эту дверь и поверни ключ.

– А вы не пойдете со мной? – спросила Вера.

– У каждого человека свой иммунитет и свой Замок. Но мы с тобой еще обязательно увидимся.

Вера улыбнулась доброму доктору из сказки и прошла внутрь.

Эпизод второй, в котором Вера встречает первых жителей Замка, которые не хотят пускать ее внутрь

Яркий солнечный свет на мгновение ослепил Веру и заставил зажмуриться. Открыв глаза, девочка ахнула от удивления и восторга: она стояла на мосту из розового мрамора, ведущем к гигантским сияющим воротам. В воздухе чувство-вались знакомые мятные запахи:

– Как будто зубной пастой пахнет! – восхитилась Вера вслух. – Неужели я сейчас нахожусь...

Не успела она договорить, как из-за башен, похожих на розовые холмы (это были миндалины), навстречу ей выскочил внушительных размеров рыцарь в огромном шлеме. Его доспехи со всех сторон были увешаны разного рода биноклями, телескопами, лупами, а сбоку болтался настоящий микроскоп.

– Стой, кто идет? – строго спросил рыцарь. – Я – генерал Аден. Ты – странное неопознанное существо. Предъяви документы, пропуска, опознавательные знаки, почетные грамоты из школы – все-все предъяви.

– Я не существо, а Вера, – не растерялась девочка. – Я пришла к вам в гости.

– В гости? – старый рыцарь задумался. – Для вируса ты, конечно, великовата. Может, витаминка какая-то?

Генерал Аден открыл откуда-то появившуюся толстенную книгу «Список разрешенных гостей» и стал быстро-быстро ее пролистывать:

– Так... Вареная морковь есть... Винегрет есть... Восковые мелки вычеркнуты... Никакой Веры у меня в списках нет!

– Что же мне делать? – хотела уже начать плакать Вера.

– Я же сказал: стоять на месте, – проворчал Аден. – А я пока отправлю Цитика за Тэей, пусть она разбирается.

– А давайте я ее к мосту приклею, чтоб наверняка! – раздался сверху веселый девичий голос.

Айга в блестящем серебряном костюме, словно паук, спустилась по нитке и ловко приземлилась рядом с генералом Аденом. Она достала баллончик с клеем и направила его на Веру:

– Генерал, разрешите приступить к своим прямым обязанностям и обезвредить подозрительную незнакомку прямо у входа в Замок, – обратилась Айга к Аденом. – Я ее мигом запутаю в свои липкие сети, она и шелохнуться у меня не сможет. Айга уже приготовилась использовать клей, а Вера начала представлять волшебную дверь, чтобы сбежать, когда на мосту с очень важным видом появилась Тэя.

– Отставить клей! – звонко скомандовала Тэя. – Вы что, совсем ослепли от своих биноклей и микроскопов? Разве вы не видите, что она держит в руках?

Тэя указала на золотой ключ, который Вера от страха крепко прижала к груди. Ключ вдруг начал мерцать и пульсировать в такт биению сердца девочки. Тэя подошла ближе и легонько дотронулась до него. В ту же секунду от ключа во все стороны разбежались сияющие золотые искры. Они коснулись доспехов Генерала Адена, блестящего костюма Айги и даже башен Замка. Генерал и Айга в изумлении уставились друг на друга: на их обмундировании, прямо на месте эмблем, вспыхнул точно такой же узор, какой был на головке ключа. Этот же знак проявился на стенах, на флагах и даже на обложке толстой книги «Список разрешенных гостей».

– Ой, – произнесли они в один голос, и их щеки стали пунцовыми от стыда.

– Это не просто го-стья и уж точно не «витаминка», – Тэя строго посмотрела на пограничников. – Это хозяйка нашего Замка.

– Приятно познакомиться: Вера, – проворчала девочка.

– Не обижайся на них, Вера, – решила разъяснить ситуацию Тэя. – Их работа – не пускать внутрь Замка никого, кто не занесен в нашу базу. Если бы они пропускали всех подряд, Замок давно бы развалился от нашествия вирусов или микробов-разбойников.

Твой ключ – это не просто ключ, это твой личный код. Теперь весь Замок знает, что ты здесь, и наши рыцари будут сражаться в два раза храбрее.

Вера оглянулась на дверь, которая всё еще мерцала позади неё. Она поняла слова Генриетты Ароновны: «У каждого свой Замок».

– Прости нас, – генерал Аден неловко откашлялся, выходя из-за спины Тэи. – Я – командующий пограничной заставой. А это Айга – наш лучший специалист по липким ловушкам.

– Ничего страшного. Спасибо, что так хорошо меня охраняете. Без вас мне, наверное, было бы плохо?

– Без нас вообще никуда, – вдохновился генерал и пустил скупую слезу. – Весь Замок давно бы развалился. Вот только мы тут вдвоем с Айгой...

– А я Тэя – командующий над всеми операциями в Замке. Хорошо, что мы наконец разобрались, кто здесь свой, а кто чужой. А то у нас тут такое творилось!

– Что случилось? – испугалась Вера.

– Скажи, ты, случайно, не переохлаждалась в последнее время?

– Я не охлаждалась, а закаливалась, – попыталась возразить Вера.

Все на заставе с укоризной посмотрели на девочку, но ругаться не стали, так как все-таки помнили, кто в этом Замке самый главный.

– Когда ты переохлаждаешь свой организм, то все коридоры и комнаты Замка покрываются инеем и льдом, а рыцари становятся медленными и неуклюжими.

– Мои пальцы так замерзли, что я не успевал никого проверять, – пожаловался генерал Аден.

– А мои сети заledenели, отчего не склеивали и не ловили, – заплакала Айга.

– Этим и воспользовались Ледняки, вирусы простуды, для которых такая обстановка – лучшая ситуация для размножения. Они настолько обожают холод, что даже стали обустривать себе жилища в горле и в носу.

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.