

ГЕРОИ В БЕЛЫХ ХАЛАТАХ

Дмитрий ВОРОБЬЕВ

■ Тысячи врачей по всей стране в неудобных противочумных костюмах, пластмассовых очках, оставляющих на лицах шрамы, бьются за жизнь и завтрашний день пациентов с коронавирусом.

РЫДАЛА ОТ БЕССИЛИЯ

Отчаянный крик души медсестры московской больницы **Валентины Смирновой** в первые дни после прихода коронавируса в столицу разлетелся по соцсетям.

- Вчера нам еще повезло, и я вышла в два часа дня на полчасика. Я хотя бы поела, попила, и была возможность сходить в туалет. А потом семнадцать часов у меня этой возможности не было! Потому что ты не можешь бросить пачками поступающих пациентов, не можешь бросить тяжелых, которым срочно нужен кислород или капельница. Несколько раз я думала, что сейчас упаду от нехватки кислорода. Открывали окна и пытались дышать уличным воздухом через респиратор, - рассказала она про весь ужас происходящего.

В конце дежурных суток Валентина Смирнова рыдала от бессилия. Паци-

ентов становилось только больше... Россиянка просила лишь об одном - носить маски и соблюдать социальную дистанцию, чтобы у врачей был хотя бы один шанс на передышку.

В «красную зону» отправилась врач-терапевт, кардиолог **Наталья Зубарева**. Неделью она не появлялась в Сети, а потом выставила селфи с глубокими шрамами от впивающихся практически до крови средств индивидуальной защиты.

- Как видите по моему лицу на фото, дежурства нам всем даются очень нелегко: в защитных костюмах и масках работать тяжело и душно, за смену очки сильно запотевают, тело очень отекает, - призналась врач.

На выручку медикам пришли тейпы для лица. Теперь маска и респиратор оставляют на их отважных лицах не такие глубокие следы.

«КРАСНАЯ ЗОНА» - ГОРЯЧАЯ ТОЧКА

За заведующим отделением реанимации и интенсивной терапии уфимской больницы скорой помощи № 22 **Рустемом Габидуллиным** на несколько недель снова захлопывается тяжелая железная дверь с надписью «Красная зона». Это самая горячая



Инфекционные отделения для них стали передовой, откуда не отлучиться часами и даже неделями. А следы от масок и очков не заживали порой и целый месяц.

точка в борьбе с заразой - здесь лежат тяжелые пациенты с поражением легких от семидесяти процентов. Правильно настроить процесс оказания помощи врачу помог опыт 2009 года.

- Тогда была эпидемия «свиного» гриппа, и мы столкнулись с тяжелой вирусной пневмонией воочию. Коронавирус восприняли как начало боевых действий, нам объявили войну! Эмоции, желания и личные хотения отошли на второй план, мы уже в феврале-марте понимали, что скоро волна дойдет и до нас. Потому

начали формировать штат, резервы аппаратуры, кислорода, - перечисляет Рустем Габидуллин.

Любая смерть - шок для врача. В памяти медика имена и лица всех, кого не получилось спасти.

- Помню и первого своего пациента, который скончался от коронавируса. Причем мы с ним боролись до конца: он меня подбадривал, я его подбадривал. Такое ощущение, что вместе были на одном плоту, но, к сожалению, он погиб, а я продолжаю работать. Ему было 62 года...

ВДОХНОВЕНИЕ

ВМЕСТО СКАЛЬПЕЛЯ - РИФМЫ И НОТЫ

■ В момент, когда хочется опустить руки, медики рисуют и пишут песни.

Из-за таких нагрузок врачи испытывают сильный стресс. Глава медико-биологического агентства **Вероника Скворцова** заявила, что около сорока процентов медиков, работающих в красной зоне, получили психологические проблемы.

- Приходит психастения, эмоциональное выгорание, усталость, апатия. Примерно десять процентов медработников страдают депрессией, столько же испытывают состояние тревоги, плохо спят ночью, - сказала она.

Вдохновение к челюстно-лицевому хирургу **Руслану Меллину** из Кемерово пришло в момент, когда стало совсем тяжело постоянно работать в реанимации. Теперь, уловив любую свободную минуту, он вместо острого скальпеля берет в руки кисть, черную тушь и начинает создавать на белом листе бумаги все, что происходит вокруг.

Вот у крыльца больницы припарковалась очередная карета скорой помощи, а врачи уже держат наготове передвижной аппарат искусственной вентиляции легких. На другой картине женщина под кислородной маской. Еще одна зарисовка посвящена быту в ординаторской - уставший врач с грустными глазами наконец-то снимает с себя душный противочумный костюм после смены.

- Надо было разгружаться, - признается Руслан Меллин. - В процессе так увлекаюсь, что не замечаю, как время идет. Что в ковидарии еще рисовать, как не пациентов? Делал

это исключительно по памяти. Мне были важны детали, чтоб передать трагичность и сложность ситуации.

Главный врач ульяновской поликлиники № 3 **Павел Смирнов** летом написал песню «Идут бригады на COVID» в поддержку коллег. Слова долго подбирать не пришлось - они шли от сердца.

- Стих можно писать день, два или всю жизнь, строчки моей песни легли на бумагу меньше чем за час, потому что в ней нет ни одного выдуманного слова. Вот строчка: «А под костюмом снова градом льется пот и это точно героизм без всякой фальши». Не многие представляют, как тяжело работать в защитных костюмах.

Зато многие с охотой критикуют работу врачей. Свое недавнее стихотворение Павел Смирнов посвятил пациентам, от которых люди в белых халатах ждут хоть каплю понимания и поддержки:

«Терпенья так порою не хватает, Но не судите строго наперед. Ведь каждый медработник понимает,

Что он всегда на помощь к вам придет».

- Поймут ли? - спрашиваю я.

- Не знаю, - со вздохом отвечает врач. - У меня в поликлинике прикреплено 44 тысячи человек, а сотрудников - 250. Одни медики ездят по вызовам на дом, другие берут анализы на коронавирус, третьи ведут прием в поликлинике, другие - то болезни с приходом инфекции никуда не делись. Очень помогают студенты, взявшие на себя всю бумажную работу - от ведения карт до выписки рецептов. Держимся, а коронавирус обязательно победим!

ПОВЕЗУ ПРОДУКТЫ В ТУНДРУ

■ Сбежать в магазин, аптеку, погулять с собакой или оплатить газ и свет: тысячи молодых людей по всей стране пришли на выручку пенсионерам, которым за порог - ни-ни.

Милосердие и великодушие, как недавно сказал **Президент России Владимир Путин**, для нас - норма жизни. С легкостью это подтверждают своими делами волонтеры из Арктики. В суровых условиях ребята не на машинах развозят продукты нуждающимся, а на снегоходах и квадроциклах!

- У меня в отряде пятнадцать добровольцев, все они большие молодцы, когда вместе с ними летишь в тундру кому-то помогать, просто захватывает дух, - с восхищением говорит волонтер акции «Мы вместе» **Елена Худи**.

Кто-то просит сходить в магазин за молоком и хлебом, кому-то надо двад-

ДОБРОВОЛЬЦЫ

цать килограммов картошки или десять сахара привезти. В Арктике по магазинам не находишься.

Волонтер-медик **Сергей Зихов** из Северной Осетии сейчас оканчивает ординатуру, а в разгар пандемии пришел работать стажером на скорую помощь. Даже после того, как сам свалился на две недели с «коронай», помогать ближнему не бросил.

- После болезни вернулся в строй. Не мог остаться в стороне. Мы уже оказали помощь больше чем 23 тысячам человек. В свободное от дежурств время развозю продукты, лекарства, - говорит волонтер.

Он один из авторов проекта «Мобильные волонтеры». Студенты-медики последних курсов приходят помогать врачам во время диспансеризации, рассказывают о важности профилактических осмотров, а в пандемию еще начали заниматься реабилитацией пациентов, перенесших заразу.



Волонтеры Арктики приносили вести с Большой земли, медикаменты и гостинцы. Таким гостям в юрте рады.