

УДК 61(092)
ББК 5г
К98

Joanna Cannon
BREAKING AND MENDING:
A junior doctor's stories of compassion and burnout
Copyright © Joanna Cannon, 2019

Кэннон, Джоанна.

К98 Я врач! О тех, кто ежедневно надевает маску супергероя / Джоанна Кэннон ; [перевод с английского И. Чорного]. – Москва : Эксмо, 2020. – 224 с. – (Медицина изнутри. Книги о тех, кому доверяют свое здоровье).

ISBN 978-5-04-109825-4

Интересно ли вам взглянуть на медицину под другим углом и узнать, что чувствуют врачи, когда спасают жизни людей? Джоанна Кэннон, автор книги и врач-психиатр, не боится говорить о собственной уязвимости и совершенных ею ошибках. Для этого она проведет вас по больничным палатам и расскажет о пациентах, с которыми познакомилась по долгу службы. Каждая ее история наглядно показывает, что пациенты и врачи – обычные люди, заслуживающие уважения и сочувствия, и призывает гуманно относиться друг к другу. Медицина не ограничивается скальпелями и дефибрилляторами, автор рассказывает, как важно быть рядом с умирающим пациентом в последние часы его жизни и как зачастую одно правильно или неправильно выбранное слово может сыграть огромную роль. Несмотря на все препятствия, которые порой казались Джоанне непреодолимыми, она все же осталась в медицине, поняв, что это ее призвание.

УДК 61(092)
ББК 5г

© Иван Чорный, перевод на русский язык, 2020

© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2020

ISBN 978-5-04-109825-4

СОДЕРЖАНИЕ

1	Сломленная	9
2	Истории	14
3	Сердца	23
4	Тела	28
5	Выбор	37
6	Зеркала	47
7	Слова	53
8	Неправильная доброта	63
9	Розовый дом	72
10	Промежутки	81
11	Начало	105
12	Свежая кровь	115
13	Самый тяжелый час	128
14	Роли	145
15	Погребенная	156

СОДЕРЖАНИЕ

16	Талисманы	164
17	Разум	181
18	Чудеса	188
19	Задворки.....	198
20	Среда	204
21	Исцеление	213
	Примечание автора	218
	Благодарности.....	219

Посвящается Микаэле

СЛОМЛЕННАЯ

Мы всегда стремимся сделать для наших пациентов все возможное, обеспечить им наилучший возможный уход — почему же мы не делаем то же самое и для своих коллег?

МЛАДШИЙ ВРАЧ¹

Несколько месяцев назад я оказалась в отделении неотложной помощи.

Никогда не чувствовала себя настолько плохо. Я была разбита физически и эмоционально. На самом деле я была настолько сломлена, что толком не ела и не спала, и даже не меняла

¹ Должности здесь и далее указаны согласно больницы иерархии в Англии. Окончив медицинскую школу, студент получает диплом и становится младшим врачом. Затем он на протяжении многих лет проходит стажировки в различных специальностях — терапии, хирургии, психиатрии и т. д. — сначала в роли интерна, потом ординатора. Это не совсем стажировка в привычном понимании, так как он выполняет реальную работу, от него зависят жизни пациентов. Определившись со специальностью, он многие годы может продолжать работать младшим врачом, пока где-нибудь не освободится должность консультанта, которую ему удастся заполнить.

выражения лица — месяцами. У меня тряслись руки. В глазах стояли слезы, и я сидела за тоненькими шторками, слушая происходящее вокруг меня в больнице. Больше всего сил уходило на то, чтобы не заплакать. Казалось, словно сам костяк моей души — тот хрупкий каркас, что поддерживал тело, — дал трещину и начал разваливаться и что, если никто не протянет мне руку помощи, если этого никто не заметит, сама моя сущность прорвется наружу и будет навсегда утрачена. Я понимала, что нахожусь в миллиметре от полного краха, от признания собственного поражения, которое казалось мне неизбежным, однако в то же время я знала, что должна бороться и как-то это преодолеть.

Потому что я не была пациентом. Я была врачом.

Мы встречаем их каждый раз, когда приходим в больницу. Армию белых халатов и стетоскопов, курсирующих по коридорам со спокойным и уверенным видом.

По какой-то странной причине мы считаем врачей неязвимыми. Словно понимание механизмов болезни каким-то образом может защитить человека от нее. У кардиологов не бывает стенокардии, пульмонологи не страдают астмой, а психиатрам не суждено на собственном опыте испытать депрессию.

Все это сплошные заблуждения, хотя, пожалуй, они и необходимы, так как помогают не терять веру в то, что врач может нас спасти. Ведь если врачи не в состоянии спасти самих себя, то какую надежду они могут дать другим?

Но для кого-то стетоскоп — не столько защитный оберег, сколько фактор риска, потому что связан с невообразимой ношей. Ноша врачебного призвания — давление этого образа, который формировался и отшлифовывался в сознании с детства. Образа, созданного фильмами и телесериалами, книгами, мыльными операми и журналами. Врачи беспристрастны, спокойны, обладают обширными знаниями. Они защищают, лечат, приводят в порядок. Врачи решают проблемы. Пять лет мы проводим в медицинской школе, где нас учат этому, после чего попадаем в больницу и понимаем, что существует огромное количество проблем, решить которые мы в жизни не сможем. Все эти пять лет мы просиживаем перед бесконечными экзаменационными листами с пустыми белыми полями, в которых нужно написать, как бы ты поступил в том или ином воображаемом сценарии — после чего обнаруживаем, что во многих реальных жизненных ситуациях лучше вообще ничего не делать. Когда на смену учебникам приходят живые люди, а воображаемые сценарии становятся реальными, мы наконец понимаем, что хороший врач определяется вовсе не

тем, как он решает человеческие проблемы. Мы также обнаруживаем, что неспособность вылечить человека не делает нас несостоявшимися неудачниками, и узнаем, что пустое белое поле в некоторых случаях и есть правильный ответ. Но мы осознаем все это, лишь пройдя сотни километров по больничным коридорам, маневрируя по столь чуждому и непростому ландшафту, что порой недоумеваем, как вообще здесь оказались изначально.

Но мы непременно всему учимся. В итоге. Если, конечно, нас прежде не сломает происходящее.

Каждый раз, когда я читаю про очередного врача, решившего уйти из жизни, про кого-то, почувствовавшего потребность сбежать с этого ландшафта, у меня на мгновение замирает дыхание, потому что на его месте мог оказаться любой из нас. И этим человеком уж точно могла стать я, сидевшая за шторкой в отделении неотложной помощи, пытаюсь понять, как работа, в которой я столь решительно хотела преуспеть, стала моим заклятым врагом. Я вспоминала свою медицинскую школу, все прожитые моменты, которые переплелись воедино и привели меня сюда. Я вспоминала и более отдаленное прошлое — собеседование при поступлении в медицинскую школу, когда я с таким пылом рассказывала о профессии, к которой мне столь сильно хотелось примкнуть. Это была моя меч-

СЛОМЛЕННАЯ

та, моя главная цель, но в итоге она оказалась настолько ярким и жестоким кошмаром, что я уже не могла его вынести.

Если бы в тот день, когда я посреди суматохи отделения неотложной помощи пыталась отползти от края обрыва, мне кто-нибудь показал на дверь с надписью «выход», я бы с удовольствием через нее прошла.

ИСТОРИИ

До поступления в медицинскую школу идея о том, чтобы стать врачом, была лишь далекой мечтой. Мечтой, в основе которой лежали мой ранний детский опыт, воспоминания о нашем терапевте, семейном враче, об операции на моих косолапых ногах и последующей реабилитации, о том, как мне удалили аппендикс. Эти мимолетные, но яркие моменты оставили в моей жизни более глубокий отпечаток, чем все остальные. И этот отпечаток послужил основой для сформировавшегося у меня образа врача. Мои воспоминания о чувстве защищенности, несмотря на страх; о грандиозных способностях, а прежде всего о доброте. Это были воспоминания о враче, которым я хотел стать.

КОНСУЛЬТАНТ

Когда проходишь собеседование при поступлении в медицинскую школу, среди всех многочисленных тем, которые тебе, вероятно, предложат обсудить, только один вопрос будет задан наверняка. Только один вопрос, ответ на который можно подготовить заранее: «Скажите, почему вы хотите стать врачом?»

Мы все отвечаем: «Я хочу стать врачом, потому что люблю людей», — однако на самом деле подразумеваем, что любим истории. Они связывают нас вместе, объединяют, и мы делимся своими историями в надежде, что кто-то их выслушает, что нас поймут.

Через несколько месяцев тех, кому посчастливилось получить заветное место по результатам собеседования, собрали вместе в самом начале обучения, угрюмым сентябрьским утром, в медицинской школе. Мы и представить себе не могли, что опыт, который предстояло совместно получить, объединит нас на всю оставшуюся жизнь, что следующие пять лет положат начало дружбе, отношениям и даже бракам и совместным детям. В тот момент мы все были еще незнакомцами, собравшимися в темном лекционном зале и пребывавшими в волшебном и волнительном ожидании.

Началась вступительная лекция. На кафедру перед нами вышел ученый и невероятно сведущий профессор. Облокотившись на трибуну, он принялся изучать свою аудиторию с ученым и невероятно пронизательным видом, и мы с замиранием сердца ждали в полной тишине. Все триста человек. Когда же наконец заговорил, казалось, он проникся самой сутью того, что каждый из нас чувствовал. Что мы чувствовали все предшествовавшие недели, когда покупали учебники из четырехстраничного списка и без