МАКС СКИТТЛ

НЕНАСТОЯЩЕЕ ИМЯ ТЕРАПЕВТА

ДЕТЕКТИВ В БЕЛОМ ХАЛАТЕ

У КАЖДОЙ БОЛЕЗНИ ЕСТЬ ПРИЧИНА, НО НЕ КАЖДОМУ ПОД СИЛУ ЕЕ НАЙТИ

От издателей «НЕ НАВРЕДИ» Генри Марша. Самая популярная серия non-fiction книг, суммарный тираж более 800 000 экземпляров!

БЕЗ | МЕДИЦИНА ГРАНИЦ

Макс Скиттл
Детектив в белом халате. У каждой болезни есть причина, но не каждому под силу ее найти

Посвящается моей семье и очереди у кабинета.
Простите, но мы опять не успеваем…

Anonymous (Max Skittle) The Secret GP: What Really Goes On Inside Your Doctor's Surgery

Text copyright © Dr Max Skittle, 2020 Originally published in the English language in the UK by Blink Publishing, an imprint of Bonnier Books UK Limited

В оформлении обложки использованы фотографии: OPOLJA, Gruffi, samui / Shutterstock.com Используется по лицензии от Shutterstock.com

© Ляшенко О.А., перевод на русский язык, 2020
© Давлетбаева В.В., художественное оформление, 2021
© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2021

Предисловие

Кто такой терапевт?

Терапевт – это медицинский специалист, который занимается лечением и профилактикой острых и хронических заболеваний, а также просвещает пациентов на тему здоровья.

«Википедия» дает суховатое определение, но все действительно так! Давайте добавим немного перчинки, хорошо? Итак, что я думаю…

Быть терапевтом – значит делить жизнь на 10-минутные отрезки. По 600 секунд[1]. Вы должны быть готовы заниматься физическим, психическим, социальным и духовным здоровьем человека, сидящего перед вами во всей его славной, запутанной и ужасающей целостности. От колыбели до могилы, и у вас нет права на ошибку. Вы смотрите в окна жизни этого человека и пытаетесь сделать ее лучше, здоровее, счастливее и длиннее. Работая с людьми, вы должны быть детективом, посредником, врачом и консультантом одновременно. Вы разгадываете, почему человек чувствует себя определенным образом. Удивительно, но самым сложным в моей жизни как терапевта является то, что не имеет непосредственного отношения к медицине. Это гнев, печаль, разочарование, любовь, радость, трагедия, страх, сострадание, ненависть и потери. Вы отправляетесь в путешествие со своим пациентом по его жизни за 10 минут. Тик-так, тик-так… Как ни странно, пациент иногда даже не осознает, что с ним рядом молчаливый попутчик. Он прячется в телефонном звонке узкому специалисту. В прочитанном и подшитом письме от другого врача. В интерпретации результатов патологоанатомической экспертизы. Все это имена без лиц. А в конце каждого рабочего дня вы идете домой, унося с собой эмоции и тревоги других людей, и пытаетесь жить собственной жизнью, но при этом не чувствовать груза на своих плечах.

Нет ничего удивительного в том, что разделение работы и личной жизни является обязательным требованием. В реальности, однако, оно невыполнимо. Вы обладаете привилегией видеть темные и светлые стороны жизни, а также бесконечные оттенки между ними. В этих промежуточных оттенках и происходит сама жизнь. Именно там рассказываются самые интересные истории. А вам, как хамелеону, приходится постоянно подстраиваться под человека перед вами. Вы стараетесь удовлетворить его потребности и его ожидания, а когда он уходит, вам предстоит смириться с тем, что вся ответственность теперь лежит на вас. Именно вы управляете риском: ставите диагноз, принимаете решение, назначаете лечение. А если вы сделаете что-то не так, то страдать будет пациент. Не вы. Кроме того, на вас, вероятно, подадут в суд. Но, несмотря на постоянные тревоги и стресс, я помогаю людям и моя жизнь терапевта чертовски великолепна! Вот почему я решил стать врачом. Я не могу даже представить себе другую профессию. В этой книге я объясню почему. Вот моя история.

Введение

Понедельник, 4 июня 2018 года

Меня зовут Макс Скиттл, мне 32 года, и я – терапевт. Сегодня июнь 2018 года, понедельник, 07:45, и это идеальное время, чтобы начать рассказывать мою историю. Прямо сейчас я сижу за письменным столом в городской клинике, где работаю уже три года с момента окончания Медицинской школы. Вы знакомитесь со мной на относительно раннем и волнующем этапе моей карьеры. Однако в данный момент мне остается лишь таращиться на свою испачканную промежность, не веря такому «везению».

На брюках белой коркой засохло то, что недавно было ложкой жирного греческого йогурта. За пять минут до начала приема я ошибочно решаю замыть пятно водой. У меня четыре минуты до начала приема… Теперь я выгляжу так, будто на брюках было нечто неприличное, что я попытался застирать, скрывая улики. Или все выглядит так, будто я просто обмочился. А часики тикают. Я пытаюсь настроиться на лучшее. Сегодня будет хороший день. Он должен быть хорошим, я его заслужил. Эта мысль казалась мне рациональной, пока мои глаза не пробежали по списку пациентов. Среди новых для меня имен было несколько хорошо знакомых. С кем-то я жду встречи с нетерпением. С другими… НЕТ.

Я смотрю в пустоту. Три минуты до начала приема… Мои брюки все еще мокрые. К своему большому сожалению, я замечаю, что горшечное растение, которое моя жена Элис дала мне для кабинета, завяло. Не самое позитивное послание для моих пациентов: ваш врач не может позаботиться о растении, но вам он непременно поможет. Откинувшись на своем сломанном стуле с тремя с половиной колесами, я совершаю косой оборот, делаю три глубоких вдоха и снова сажусь прямо. Выравниваю клавиатуру и кладу ручку параллельно ей. Одна минута до начала приема… Я навожу курсор

мыши на значок колокольчика, готовясь пригласить своего первого пациента.

Каждый день я надеюсь, чтобы на работе все было хорошо!

Брюки все еще мокрые, но я улыбаюсь. Мое сердце начинает биться немного быстрее, но мне это нравится. Я люблю свою работу и, несмотря на ежедневное нытье, ни за что не променял бы ее на другую. Именно поэтому и решил написать эту книгу.

Думайте об этом как о сердитом и растерянном продолжении моей любви.

Итак, добро пожаловать. Это книга о моей жизни. Точнее говоря, я заброшу клиническую сеть, чтобы выловить самые грязные, удивительные, унизительные и смешные истории, которые будут звучать в моем кабинете на протяжении следующего года. Все пациенты и истории о моих встречах с ними будут подлинными. Я бы удивился, если бы потребовались какие-то голливудские эффекты, чтобы сделать их интереснее. Богатая текстура жизни – наших жизней – убеждает меня в том, что в этом не будет необходимости. Разумеется, все имена, даты, возраст, этническая принадлежность и даже пол пациентов будут изменены. Таким образом, вы сможете хихикать, плакать, открывать рот от удивления или хмуриться только во время чтения книги, а не личной встречи с этими людьми. Последнее, как мы все понимаем, было бы более жестоко, чем просто грубость. О, и если вы думаете, что я написал о вас, то вы ошибаетесь. Если факты как-то соотносятся с вашей жизнью, это просто совпадение. Поверьте мне. Все характерные черты были либо изменены, либо устранены, поскольку, несмотря на написание этой книги, я никогда не шучу с конфиденциальностью пациентов. Кроме того, я не хочу, чтобы меня уволили или исключили из Королевского колледжа терапевтов. Жена, несомненно, убила бы меня за это (подозреваю, очень медленно). Особенно если учесть, что у нас скоро родится ребенок.

* * *

Первое, что вам нужно знать обо мне как о терапевте, это то, что я тоже человек. Говоря это, я не имею в виду что-то связанное с нью-эйдж[2], любовью к марихуане, одеждой из мешковины и сентиментальностью. Я просто хочу сказать, что я не гигантская губка, которая, сидя в клинике день за днем, впитывает откровения своих пациентов. На самом деле я, как и вы, испытываю нелюбовь, неодобрение и гнев. Я тоже смеюсь, плачу, улыбаюсь и люблю. Поскольку я такой же человек, мне как терапевту иногда бывает трудно (даже невозможно) оставаться хорошим. Быть врачом сложно. Работать в Национальной службе здравоохранения вообще трудно. Усталость и чрезмерная нагрузка пробуждают худшее в каждом человеке. По этой причине я хочу заранее вас предупредить – ЭТА РАБОТА, НЕСОМНЕННО, ИЗМЕНИЛА МЕНЯ КАК ЧЕЛОВЕКА. Она сделала мой черный юмор еще чернее. И сине-черным временами. Мой умеренно грубый юмор стал откровенно грубым. Подозреваю, это связано с тем, что защитные механизмы уравновешивают сопутствующий ущерб, пока я уже три года изо всех сил стараюсь помочь сидящему передо мной человеку и при этом не лишиться рассудка. Честное слово, я пытаюсь достичь и того и другого.

Короче говоря, я заранее извиняюсь (и прости меня, мама, за ругательства), ведь я понимаю, что я не всем понравлюсь и иногда буду говорить обидные вещи, но именно так я справляюсь. У каждого свой способ, верно? Независимо от ментальных доспехов, я все равно просыпаюсь каждое утро, зная, что передо мной опять стоит сложная задача держать свои эмоции под контролем. Фасад профессионализма вовсе не защищен от царапин, и прошлая неделя стала тому ярким примером. Был день, когда мне хотелось расплакаться от того, что я услышал. Был другой день, когда мне хотелось избить человека, который, по словам социального работника, сделал нечто ужасное со своим ребенком. И был день,

когда я испытал непередаваемую радость, узнав, что моя больная раком пациентка теперь в ремиссии. Но был и день, когда мне хотелось уволиться, потому что я утонул в постоянно растущем объеме работы. Это непредсказуемые и заманчивые приливы и отливы моих будней терапевта. Моей жизни. Каждого ее дня без исключения.

> Усталость и чрезмерная нагрузка пробуждают худшее в человеке.

А теперь я хочу раскрыть вам секрет. Когда терапевт говорит, что он не против послушать о вашей четвертой (на этот раз точно последней) проблеме, он лжет вам в лицо. На самом деле, вы рушите его день, лишая его надежды пообедать не на бегу или спокойно сходить в туалет. Неужели на это способен всего один человек? Нет, это было бы слишком драматично даже для самых деликатных врачей. Однако, когда половина пациентов это делает, именно так и происходит. Несмотря на это, врач все равно с готовностью выслушивает вашу четвертую проблему. Почему? Потому что врачи сидят перед вами, скрывая свое истинное лицо. Прозрачность? Честность? Глупости! Они проявляют к вам снисходительность. Их истинные чувства покрыты сахарной глазурью. И этот важный факт, эта истина, подводит меня к тому, что я хочу сказать вам дальше: меня зовут не Макс Скиттл. Мое имя не имеет никакого значения. Значение имеет лишь то, что в этой книге я буду говорить с вами со всей нефильтрованной и жестокой честностью. Именно это я и намереваюсь сделать. А теперь, чтобы подлить масла в огонь, я задам вам вопрос: почему вы думаете, что я мужчина? Может, это сокращение от имени Максин…

Прежде чем мы погрузимся в мир врачебной практики, было бы полезно кратко описать меня вне работы. Мой рост 190 сантиметров. Я красивый. Веселый (вы это уже поняли). У меня тело греческого бога. Ну, возможно, в следующей жизни я действительно

буду так выглядеть. На самом деле мой рост чуть выше 170 сантиметров (я ношу кроссовки на толстой подошве), а в тренажерный зал последний раз я ходил еще в школе. Несмотря на это, со мной живет Элис, моя добрая, веселая, красивая, энергичная (ничего удивительного, у нее рыжие волосы) и умная жена. Мы познакомились через университетских друзей, и она спасла меня от жизни на сайтах знакомств и неправильного использования смайликов. Последние четыре года мы живем в маленькой квартирке в центре оживленного и очень шумного города. Наша квартира также служит для Элис офисом, где она работает как довольно востребованный графический дизайнер. У меня в голове не укладывается, что она позволила мне стать ее мужем, и я люблю ее так же сильно (если не сильнее), как в день нашей свадьбы шесть лет назад. Элис держит меня под контролем, и она единственный человек, способный до меня достучаться, когда я веду себя как придурок. А такое бывает часто. И еще она на 27-й неделе беременности. У нее растет живот – наш живот.

> Однажды мне мне хотелось расплакаться от того, что я услышал. Но был и другой день, когда мне хотелось ударить человека, который сделал нечто ужасное со своим ребенком.

Родительство маячит на горизонте, и это вызывает у нас смешанные чувства. Для нас, как и для многих пар, это было непростое путешествие. До этого мы с Элис пережили много мрачных дней, недель и месяцев. И хотя мы могли бы обойтись без травм, но они укрепили нашу любовь и преданность друг другу так, что я никогда не смогу описать это словами. Каждое утро я просыпаюсь с мыслью о том, как мне повезло. Я не буду извиняться за свои излияния: все это правда, и я не смею желать большего. Хотя если бы Англия выиграла Кубок мира по регби еще несколько раз за мою жизнь, то это было бы очень кстати – в отличие от четвертой проблемы одного пациента. И, хотя я хотел бы, чтобы моя личная

жизнь была четко отделена от профессиональной, я уверен, что это невозможно. На самом деле Элис и ее живот оказывают огромное влияние на то, с каким врачом сегодня встретятся мои пациенты. Например, если живот всю ночь вел себя отвратительно и не давал Элис спать (следовательно, и мне тоже, поскольку мне приходится оказывать ужасную супружескую моральную поддержку), вызывая боль в спине и сдавливая ее мочевой пузырь до размера горошины, то я буду неразговорчив и резок со своими пациентами. Да, я во всем виню нерожденного человека. Я не говорил, что я ангел. Но, должен признаться, я начинаю об этом сожалеть, как только это осознаю. Однако если мы с Элис накануне красили детскую, мечтая о предстоящих приключениях, то я буду на седьмом небе и, возможно, выслушаю даже про вашу пятую проблему. Семья – это одновременно доспехи и ахиллесова пята, а жизнь и работа сливаются воедино.

Итак, я хочу поговорить с вами об окнах. На самом деле работа терапевта связана в основном с ними. Именно они делают мою профессию одной из лучших в мире. Видите ли, каждый пациент, который приходит ко мне, приоткрывает для меня окно в свою жизнь. Я обладаю привилегией заглянуть в него и сделать жизнь своего пациента лучше. Ни одна другая профессия не отличается настолько целостным, всеобъемлющим и продолжительным взглядом на чужую жизнь, и все эти окна совершенно разные. Они бывают четырех типов. Самыми распространенными являются чистые и прозрачные окна, через которые вы как пациент указываете мне на что-то. Например, на больное колено, которое вы травмировали во время бега. Легко. Второй тип окон уже не так прозрачен: это грязные окна. Вы хотите, чтобы я помог вам с проблемой, причина которой не является очевидной. Например, вас беспокоит чувство постоянной усталости. Нам обоим нужно щуриться и напрягаться, чтобы что-то разглядеть через грязные пятна на стекле. Возможно, нам даже придется плюнуть на стекло и протереть его рукавом, чтобы было лучше видно. Только тогда я смогу заглянуть в вашу

жизнь и понять, что может быть причиной усталости. Окна третьего типа у вас существуют, чтобы показать мне что-то (вашу повестку дня, например). На самом деле меня больше интересует то, что происходит здесь (моя повестка дня). В качестве примера можно привести случаи, когда в ходе рутинного медицинского обследования у вас обнаруживают диабет второго типа. Вы хотели сделать анализ крови, потому что беспокоились из-за уровня холестерина, и не ожидали, что я прижму нос к вашему окну, пытаясь понять, как так вышло, что анализ крови выявил у вас высокий риск развития диабета второго типа. И это важная находка, поскольку моя работа заключается не только в диагностике заболеваний, но и в их профилактике. Наконец, есть четвертый тип окон. Это окна, которые вставил вам кто-то другой, потому что беспокоится о вас. Очень распространенный пример – это тревоги по поводу ухудшения памяти пожилого родителя или его неспособность справляться с повседневными делами из-за растущей слабости. Все эти окна мне очень интересны. Поэтому каждый раз, когда мне позволяют заглянуть в окно, я принимаю возможность помочь вам как большую привилегию.

Хотя заглядывать в ваши окна очень здорово, реальность такова, что моя способность делать это стремительно меняется. Это связано с политическими, экономическими и структурными изменениями, которые отражаются на всей Национальной службе здравоохранения и работе врачей. Говоря об изменениях, я на самом деле имею в виду, что нам вставляют в рот кляп, а затем избивают и бросают в заброшенный затопленный карьер. Государственные клиники, включая ту, в которой я работаю, прогибаются под тяжестью спроса на услуги, во много раз превосходящего нашу способность их предоставлять. Это касается как маленьких сельских медицинских кабинетов, обслуживающих 3000 пациентов, так и крупных городских больниц или больничных комплексов, обслуживающих 60 000 пациентов. Время ожидания приема становится недопустимо долгим, и недовольство пациентов – неотъемлемая часть моего дня.

Множество опытных и квалифицированных терапевтов рано покидают профессию, ссылаясь на стресс и эмоциональное выгорание. В течение трех лет, прошедших с моего выпуска из медицинской школы, я наблюдал за тем, как ситуация усугубляется. Хотя газеты поносят врачей, которые увольняются, я поздравляю их с тем, что они протянули максимально долго. Вы свое отработали. Отдыхайте, товарищи!

Каждый пациент приоткрывает мне окно в свою жизнь.

Мы все прекрасно знаем, что очень легко судить кого-то, если вы никогда не были на его месте. Находясь в начале своей карьеры и будучи наивным, я еще могу каждый вечер возвращаться домой к Элис и ее животу и оставлять за порогом тревогу о том, не упустил ли я рак у своего пациента. Через 30 лет мой взгляд на вещи, возможно, изменится. Устав и выгорев с возрастом, я, быть может, буду с нетерпением ждать выхода на пенсию и не расставаться с бутылкой скотча. Ответственность за здоровье другого человека – это одновременно привилегия и проклятие. Когда ты видишь, что пациенту становится лучше, ты испытываешь невероятный кайф. Ты не хочешь оказаться на проигравшей стороне и подорвать доверие пациента, сделав что-то не так.

Надеюсь, из этого краткого описания вы поняли, что я за человек, почему я люблю эту работу и зачем Национальная служба здравоохранения портит вечеринку как медицинским работникам, так и пациентам. Думаю, в заключение было бы полезно пролить свет на то, как я мыслю, когда пациент входит в мой кабинет. Таким образом, следуя книге, вы начнете представлять, насколько мне легко или трудно. Но давайте сначала поговорим о том, как выглядит моя рабочая неделя. Обычный рабочий день длится с 08:15 до 18:15. Я говорю «обычный», но правда в том, что я прихожу в клинику раньше, а ухожу из нее позже, чтобы успеть выполнить всю работу,

которая накапливается за время консультаций с пациентами. Сегодня мы работаем в режиме «Титаник».

Недовольство пациентов – неотъемлемая часть моего дня.

Вид моего типичного дня с высоты птичьего полета таков: у меня один утренний прием, который длится около четырех часов, и один вечерний, который длится столько же. Между приемами (вот почему вы почти никогда не можете записаться к врачу в обед) у меня есть время, чтобы совершить как минимум один экстренный выезд на дом, прочитать письма узких специалистов, поговорить с социальными работниками, сделать несколько телефонных звонков и просмотреть результаты анализов крови (а также результаты патологоанатомических экспертиз, вагинальных мазков, соскобов кожи и УЗИ). Если результаты анализов не в норме, я звоню пациентам. Честно говоря, чаще всего я просматриваю результаты анализов уже после 18:15, поскольку ничего не успеваю, как и все остальные терапевты в мире. Прием обычно состоит примерно из двадцати десятиминутных личных консультаций и пяти семиминутных телефонных консультаций. За день я принимаю около 40 пациентов лично, консультирую по телефону 10 и к одному приезжаю на дом. Итак, за четырехдневную клиническую неделю (о пятом дне я расскажу позже) я принимаю 160 пациентов, консультирую по телефону 40 и прихожу на дом к четырем. Раз в неделю в клинике проходят дни без записи, когда пациент может просто прийти и подождать в живой очереди. В этом случае в клинику является миллион человек и портит мне весь день. Тем не менее я не виню этих людей: попытки записаться на прием к терапевту могут быть настоящим ночным кошмаром. Если вы сильны в математике, вы уже поняли, что я работаю только четыре дня в неделю, поскольку пять дней работы с пациентами – это слишком много. Важно иметь в виду, что все врачи имеют разную нагрузку. Кто-то работает один день в неделю, а кто-то – пять, но таких очень

мало. Кто-то, желая увеличить доход, берется за дополнительную работу (думаю, они задействуют пятый день), например участвует в рабочих группах управления первичной медицинской помощью, развивающих здравоохранение на местном уровне. И лишь немногие терапевты принимают пациентов пять дней в неделю. Поверьте, это было бы тяжело не только для врача: консультация измученного и эмоционально выгоревшего терапевта не принесет пользы пациенту. Каждый человек заслуживает внимательного и сосредоточенного врача.

Теперь поговорим о консультации. Все начинается, когда я нажимаю кнопку вызова пациента и задерживаю дыхание от нетерпения. В этот момент включается гипотетический отсчет 10 минут. Первая трудность заключается в том, чтобы привести пациента в мой кабинет. Иногда только это занимает пять минут. Здесь следует упомянуть пожилых людей на костылях и в креслах-каталках, матерей с неповоротливыми колясками для близнецов и тех, кто просто не слышит, как объявляют их имя, потому что они уткнулись в телефон. Я встречаю пациента в своем кабинете и представляюсь Максом Скиттлом. Я никогда не говорю «доктор Скиттл», это слишком формально, кроме того, устанавливает ненужную иерархию между мной и пациентом. Потом я внимательно его выслушиваю («Что вас беспокоит сегодня?») и просматриваю электронную медицинскую карту, чтобы узнать, какие у него проблемы со здоровьем, какие препараты он принимает и так далее.

Затем я осматриваю пациента, при необходимости проверяю жизненные показатели (частота сердечных сокращений, артериальное давление, температура, частота дыхания и уровень кислорода в крови), пытаюсь поставить диагноз, составляю план лечения, который его устроит, делаю заметки в формате, понятном другим людям, а затем (радуясь поводу встать со стула) провожаю его до двери, осторожно подталкивая, как игрушечный кораблик на воде, и выдыхаю…

За день я принимаю около 40 пациентов лично, консультирую по телефону 10 и к одному приезжаю на дом.

В то время как я совершаю эти шаги подсознательно, на автомате, сознательная часть моего мозга решает, каким должно быть обследование, лечение и последующее наблюдение, уже на третьей минуте приема. Я имею в виду, что на третьей минуте я обычно уже знаю, как выставить пациента из моего кабинета вовремя и не умереть в процессе. У меня остается семь минут, чтобы превратить мечту в реальность. Позднее вы узнаете, что эта задача всегда усложняется психотическими пациентами, пациентами с пятью проблемами, пациентами, не говорящими по-английски, и (мои личные фавориты) пациентами, которые никак не могут найти кабинет. Все нужно успеть сделать ровно за 10 минут.

Как эту работу можно не любить?

Пока объяснений достаточно. Давайте вернемся к понедельнику, хорошо? Клик! Динь! Брюки все еще мокрые, но я поднимаюсь, чтобы встретить своего первого пациента.

Здравствуйте, я Макс Скиттл. Чем я могу помочь?

Июнь 2018 года

Понедельник, 4 июня

Должен признаться, я никогда раньше не слышал об анальных дубинках, но благодаря Ли и удивительно яркому описанию его ночных приключений со Стивеном, парнем из Grindr[3], ментальный образ обрел форму. Неплохое начало недели. Сейчас только 08:30, и все мои мысли о том, чтобы быстренько сходить по-большому, испаряются, поскольку мой анус туго сжимается. Делая записи в карте Ли, я изо всех сил стараюсь выглядеть погруженным в диагностический процесс. Пациента интересует, может ли энергичная стимуляция заднего прохода дубинкой привести к разрыву кишки. Я же в это время пытаюсь догадаться, официальное ли это название для данного предмета (делая записи в карте, нужно быть максимально точным, ведь ты никогда не знаешь, когда на тебя подадут в суд). Разумеется, мне неловко спрашивать об этом Ли, хотя я уверен, что он знает точно, ведь, в конце концов, он наверняка сам ее и заказывал. Сделав записи, я перехожу к ответу на его вопрос: да, гипотетически разрыв мог произойти. Любое инородное тело в вашей заднице может порвать сильную, но тонкую кишечную стенку толщиной два миллиметра. Но, поскольку единственный симптом Ли – это расстройство желудка, у меня возникают большие сомнения, что дубинка смогла пройти девять метров по желудочно-кишечному тракту, от ануса до шейки желудка, даже если Стивен проявлял большой энтузиазм. Я наблюдаю за тем, как беспокойство исчезает с лица пациента, пока я объясняю ему все это (к тому же у него нет других симптомов, и осмотр ничего не выявил). Меня не может не впечатлить полное отсутствие у него смущения. Молодец, наслаждается жизнью! Обычно я завершаю подобные консультации, делая набросок желудочно-кишечного тракта, чтобы проиллюстрировать свои слова, но, поскольку я точно не знаю, как

нарисовать анальную дубинку, не сделав ее похожей на орудие викингов, я решаю этого не делать и не признаваться в полном отсутствии у себя мирских знаний.

Вторник, 5 июня

Я понимаю, что дежурный врач конкретно подставил меня, когда оказываюсь в квартире Антона на первом этаже. «Просто быстрый визит на дом», – говорили мне. Пошло все на хрен. Обычно мы приходим домой к престарелым пациентам, которые не могут приехать в клинику сами. Антона нужно было проведать на дому, потому что психиатрам не удавалось с ним связаться. Делать это пришлось мне. Он впустил меня, но выпускать отказался. Он говорит, что защищает меня. Меня защищает ремень безопасности, парень, а не ты. Еще хуже, он размером с танк, что во многом связано с коктейлем из антипсихотических препаратов (но сейчас они явно не действуют) и цунами из пустых коробок фастфуда, среди которых я стою. К сожалению, у моего нового друга Антона, который разгуливает без рубашки, произошел острый психотический эпизод.

Стоя там, я а) думаю, пригодилась бы мне в такой ситуации анальная дубинка (в качестве оружия, уверяю вас); и б) пытаюсь переварить его слова о том, что он защищает меня от трех орков (да, тех самых уродов из «Властелина колец»), которые якобы ждут за дверью и хотят нас убить. Еще я гадаю, как он смог позволить себе 82-дюймовый телевизор и почему все пациенты, к которым я прихожу в обеденное время, смотрят «Свободных женщин»? Пока Антон удивляется, как мне вообще удалось пройти мимо орков (а я замечаю, что скромно киваю в ответ на его слова), решаю воспользоваться возможностью вразумить его.

Итак, после 20 минут разговоров о том, что ему нехорошо, что орков на самом деле не существует и что ему требуется дополнительная поддержка (я внушал ему это, стараясь не обращать внимания на дебаты «Свободных женщин»), Антон позволяет мне вызвать бригаду скорой психиатрической помощи. Психиатры

должны приехать сегодня. У меня поднимается настроение. Я уже не боюсь, что останусь у Антона в заложниках и буду вынужден смотреть с ним ужасные телешоу. И еще я очень хочу есть. Наконец Антон делает шаг в сторону, и я вижу дверь, а за ней солнечный свет. Когда я собираюсь уходить, Антон по-медвежьи обнимает меня и благодарит за то, что я выслушал и поверил ему. Когда он обхватывает меня руками и в мой рот попадают потные волосы с его груди, я понимаю, что каждому из нас нужно немного любви.

Четверг, 7 июня

У Антона я чуть не умер, поэтому испытал огромное облегчение, узнав, что сегодня у меня нет вызовов на дом. Они могут как украсить, так и разрушить весь день. Если предстоит вызов на дом, обед превращается в упражнение по частичному пережевыванию пищи и вливанию в себя кофе, которое я выполняю в перерывах между звонками пациентам. Обычно я проглатываю еду за секунду до того, как сказать: «Здравствуйте! Это доктор Макс Скиттл». Когда вызовов на дом нет, я могу сесть (а перед этим даже вымыть руки) и пообедать как нормальный человек. У меня появляется возможность зарядить батарейки перед началом дневного приема.

> На третьей минуте приема я обычно уже знаю, как выставить пациента из кабинета.

Не понимаю, как я умудрился поправиться за последние три года, ведь я редко обедаю. Когда я только начал работать терапевтом, мне не нужно было «подзаряжаться», поскольку я был жизнерадостным щенком, кусавшим пациентов за пятки в попытке загнать их в свой кабинет и вылечить. Однако всего три года спустя мои шины начали немного изнашиваться. Так как сегодня миссис Талли первая в списке тех, кому я должен позвонить, мне понадобится перерыв. Она хуже персонажа из ночного кошмара. Эта 73-летняя женщина, не покидающая свой дом, за последние два года сменила больше

сиделок, чем можно себе представить. Никто не хочет с ней работать. Такой подвиг заслуживал бы медали, если бы поведение миссис Талли не было настолько раздражающим. Я имею в виду, что для этой работы требуются серьезные навыки, поскольку трудолюбивые, низкооплачиваемые и обычно недооцененные сиделки часто сталкиваются со злоупотреблениями со стороны пациентов. Миссис Талли отличается уникальным сочетанием снисходительности, покровительственности и невежества. Телефонные консультации должны длиться семь минут, но мои разговоры с миссис Талли никогда не бывают короче пятнадцати. Я мечтаю, чтобы однажды мне хватило смелости просто повесить трубку, но глубоко внутри я мягкий человек, и этого никогда не произойдет.

Сегодняшний звонок проходит точно так же, как и все остальные еженедельные телефонные консультации: сиделки абсолютно некомпетентны, и никто из них не говорит по-английски должным образом. Во время телефонного разговора с ней мне обычно удается ответить на несколько электронных писем, потому что я ее терапевт, а не социальный работник. Социальный работник у нее есть. На самом деле их было очень много, потому что каждый из них в итоге отказывался с ней работать. Она неприступна, как Эверест до Хиллари и Тенцинга[4]. Как всегда, я завершаю разговор вопросом о том, есть ли у нее реальные жалобы на здоровье (их никогда нет, и сегодня тоже), а потом говорю ей и дальше держаться молодцом (над этим она всегда хихикает). Затем я, как всегда, пишу социальному работнику, что миссис Талли все еще не удовлетворена работой социальной службы и что эту проблему нужно решить.

Моя работа на этом окончена.

Пятница, 8 июня

Я безумно радуюсь пятнице. Сейчас 13:00, и я работаю только до обеда. Мне осталось принять последнего пациента, а потом я смогу поехать домой к своей жене Элис и ее животу. Я сегодня в ударе.

Бумажная работа сделана, электронные письма прочитаны (и выборочно проигнорированы), результаты анализов крови изучены. Я смотрю на список дел и понимаю, что справился со всеми. Я чувствую себя прекрасным терапевтом. Закрываю глаза, чтобы насладиться несколькими золотыми секундами и сохранить их в своей памяти на черный день.

Обед в рабочее время для меня роскошь и редкость, но я как-то умудрился поправиться.

Ветер дует в мои клинические паруса, и я встречаю Дункана, гнусавого 23-летнего молодого человека. Когда он кладет спичечный коробок рядом с клавиатурой, у меня в голове звучит сигнал (примерно как у Питера Паркера, но врачебная разновидность) о том, что все это немного странно.

С этого момента все происходит словно в замедленной съемке. Я сижу и слушаю Дункана (хотя в мыслях уже ушел с работы и еду домой, чтобы посмотреть «Остров любви» с Элис), который говорит, что у него в квартире, вероятно, завелись клопы, но он не уверен. Я киваю (это опять происходит в замедленной съемке) и продолжаю слушать, но не могу осознать весь тот кошмар, что разворачивается у меня перед глазами. Дункан объясняет, что, поскольку он не был уверен, клопы ли это, то принес одного жучка в спичечном коробке. Прежде чем мой мозг успевает обработать его слова, он открывает коробок. Если бы я сделал быстрый вдох, оказавшийся на свободе клоп за мгновение оказался бы у меня в носу.

Хотя я всеми фибрами души хочу крикнуть Дункану, что он идиот, я закрываю коробок, быстро достаю буклет о способах избавления от клопов, а затем деликатно прошу Дункана сжечь коробок вместе с его содержимым и больше никогда не приносить в мой кабинет подозрительных жуков. Мне кажется, что я расстроил Дункана, поэтому напоследок хвалю его за пойманного жучка. Сомневаюсь, стоит ли мне рассказывать об этом происшествии Элис, ведь она

может отправить меня спать в другую комнату...

Суббота, 9 июня

Проснулся от зуда (не в другой комнате). Спасибо, Дункан!

Понедельник, 11 июня

Неделя должна была начаться хорошо. Я знал об этом с момента, когда в прошлый вторник мне на электронную почту пришло письмо о том, что сегодня весь медицинский персонал обязан присутствовать на тренинге по оказанию неотложной помощи. Клиники проводят такие тренинги для терапевтов на протяжении всего года, и они прекрасно помогают нам почувствовать себя единой командой (это очень важно для пациентов, которым предстоит пройти долгое лечение), отточить уже имеющиеся навыки и приобрести новые.

Я сажусь на стул в углу рядом с остальными работниками нашей клиники, среди которых три медсестры, фармацевт, 10 врачей, шесть работников регистратуры, менеджер и четыре администратора (все эти люди необходимы, чтобы помогать 14 000 зарегистрированным пациентам), и готовлюсь к трем расслабленным часам. К сожалению, Кев, наш инструктор по неотложной помощи, встает перед нами. Расставив ноги на метр (явно для того, чтобы освободить место для своих предположительно огромных яичек) и скрестив мускулистые руки с татуировкой «Не утрать веру», он топает своими огромными походными ботинками, чтобы привлечь наше внимание. Это красный флаг! Мы в городе, и в таких ботинках нет необходимости. Я не хочу показаться неблагодарным: этот парень выполняет важную работу, и каждый из нас должен уметь оказать неотложную помощь члену семьи, другу или даже незнакомцу (это действительно спасает жизни). Однако меня убивает тот факт, что наш инструктор – по-настоящему крепкий орешек. Он сразу просит врачей поднять руку (я пытаюсь спрятаться за спиной нашего администратора Салли, но меня замечают). Кев задает мне

школьный вопрос о сердце и кровообращении, и я, к счастью, отвечаю верно (хотя меня бесит то, что мне очень хотелось ответить правильно!). Неужели я подсознательно стремлюсь его впечатлить? Надо подумать об этом вечером, когда буду принимать ванну. Когда блиц-опрос завершается, наш парень продолжает войну с моим желанием жить, рассказывая нам героические истории о том, как он спасал жизни. Это уже слишком. Сейчас я бы предпочел оказаться в клинике, полной самых вредных пациентов (тех, от общения с которыми мне хочется вырвать свое сердце и положить его в микроволновку на металлической тарелке), в том числе миссис Талли. Элис всегда говорит, что мне плохо удается скрывать свои истинные эмоции (интересно, житель ее живота унаследует мое выражение лица, которое говорит «отвали»?). По этой причине я решаю сосредоточиться на жестикулирующих руках Кева, не смотреть ему в глаза и не показывать свои истинные чувства. Проблема в том, что его руки двигаются прямо перед его предположительно огромными яйцами. Я задерживаю дыхание. «Ты должен это выдержать, – думаю я. – Должен». Удивительно, но каждый раз, когда я думаю, что Кев уже не сможет вести себя хуже, он умудряется это сделать. Последней каплей (в этот момент я был готов потянуться за ножницами) стали его слова о том, как мы должны вести себя на гражданке (опять же, приятель, мы не на военной службе!), если мы станем свидетелями происшествия, по его мнению, мы должны подойти к полицейскому или парамедику и тихо прошептать: «Я врач, товарищ». Пожалуйста, вызовите этому парню такси!

Это были самые долгие три часа в моей жизни.

Вторник, 12 июня

Неделя началась не очень хорошо. Я сижу на работе, пытаясь понять, как успокоить Элис, после того как через дорогу от нашего дома произошло очередное ограбление. После этого мы опять начали обсуждать, сможем ли мы переехать в более безопасную и

большую квартиру, чем наша клетушка. А еще я узнал, что у миссис Коллинс рак груди.

Черт!

Она пришла ко мне пять месяцев назад, после того как обнаружила уплотнение в груди, пока мылась в душе. Я осмотрел ее и сказал, что через две недели ей нужно показаться местному маммологу (при подозрении на рак пациента записывают к узкому специалисту в течение двух недель). К сожалению, она решила, что работа гораздо важнее, чем поход к врачу. Подозреваю, это стало результатом ее прилежности и нежелания начальства предоставлять ей часы за свой счет.

Три раза.

Три раза она пропускала прием.

Каждый раз, когда я перезаписывал ее к специалисту, я умолял ее сходить и подчеркивал, как важно исключить рак. На четвертый раз она все же пошла к врачу, и оказалось, что у нее рак. Я рассердился на нее. Понимаю, ей казалось, что она поступает правильно, не пропуская работу, однако вы не сможете работать, если будете мертвы, миссис Коллинс! Теперь, когда мы сидим с ней в одном кабинете, меня переполняет чувство солидарности. Она очень приятный человек (в отличие от многих моих пациентов) с очаровательным мягким шотландским акцентом. Она не заслуживает этого (конечно, никто этого не заслуживает, ведь рак очень жесток).

Если все будет хорошо, на следующей неделе она поедет на университетский выпускной ее сына.

После слез и обсуждения плана химиотерапии, составленного онкологом, мы обнимаемся на прощание. Я не обнимаю всех своих пациентов и не знаю, что об этом сказано в официальном руководстве для терапевтов, но мне показалось это правильным. По дороге домой я размышляю о том, что моя работа – это гораздо больше, чем просто выписывать таблетки направо и налево. Смотреть в жизненные окна других людей – это настоящая привилегия. К сожалению, иногда мне приходится брать молоток,

разбивать окно и наполнять их дом дерьмовыми новостями вроде этой. Но, как мне кажется, это все же лучше, чем скрывать подобные новости до тех пор, пока не станет слишком поздно.

Я надеюсь, что у миссис Коллинс все будет хорошо, несмотря на то, что диагноз поставили поздно. Я уверен, теперь, когда ее система ценностей изменилась (рак всегда этому способствует), она увидит выпускной своего сына в самых ярких оттенках.

Может, мне стоит купить Элис перцовый баллончик? Он дешевле новой квартиры.

Четверг, 14 июня

Я не совсем уверен, как сформулировать ответ. Бенни сидит и смотрит на меня.

Молча.

Он просто ждет, когда я дам фантастический медицинский ответ на его откровенно странный вопрос. Я делаю паузу и смотрю в окно. У меня есть 10 минут, чтобы помочь Бенни понять, в чем смысл жизни. Да, он пришел ко мне с этой проблемой. Он выглядит нормально, из-за чего его вопрос звучит еще более странно. Сегодня практически невозможно попасть на прием к терапевту, но ему как-то удалось это сделать. И все ради этого?

> Моя работа – это гораздо больше, чем просто выписывать таблетки направо и налево.

Я пытаюсь понять, что скрывается под его маской невозмутимости. Это шутка? Может, я участвую в тупом телешоу, где подкалывают терапевтов? Может, «Свободные женщины» решили начать мстить? Я ничего не понимаю. У него нет проблем с психическим здоровьем. Никаких странных религиозных взглядов. Он в порядке. Я начинаю подозревать, что дело в наркотиках. Парню 17 лет, и он вполне мог покурить травку. Других вариантов у меня не осталось.

Я облажался.

Понимаете, проблема медицинского образования (особенно подготовки терапевтов) в том, что никто не учит вас справляться со странными ситуациями, в которых вы оказываетесь изо дня в день, а без них никогда не обходится. Эти странности прячутся среди привычных жалоб на простуду, кашель, проблемы с глазами и растяжение голени. Я снова на секунду смотрю в окно, чтобы выиграть немного времени и скрыть улыбку. Представляю, как позднее расскажу об этом Элис. В конце концов я решаю дать ответ, который может показаться неожиданным. Я распрямляю спину и сообщаю Бенни, что ответа на его вопрос нет и что жизнь означает разные вещи в разное время в разных местах и для разных людей. Затем я наношу ему удар еще одним клише (слегка наклонив при этом голову, как это любят делать терапевты): «Жизнь – это путешествие, дружок». Уходя, он выглядит еще более сконфуженным, чем когда вошел в кабинет.

Что ж, Бенни, такова жизнь.

Пятница, 15 июня

В данный момент шестилетняя Чарли крутится на моем стуле с моим стетоскопом на шее и прекрасно проводит время, несмотря на то что она вот-вот выколет своему четырехлетнему брату глаз острым концом моего неврологического молотка (он похож на колышек для палатки, но предназначен для проверки сухожильных рефлексов). Она одна из моих любимых пациенток. Отчасти это связано с тем, что с ней я никогда не чувствую себя бесполезным, а отчасти с тем, что она сама просит свою маму привести ее ко мне (да, мне стыдно, что я говорю все это, чтобы предстать перед вами классным врачом, хотя и являюсь таким только в глазах шестилетки).

Жаль, что студентов никто не учит справляться со странными ситуациями, в которых врачи оказываются каждый день.

Сегодня она пришла ко мне со своей мамой, потому что у малышки болит горло. Благодаря своей магической врачебной силе (а я не стану разубеждать в этом Чарли) я диагностирую у нее острый бактериальный тонзиллит, инфекцию, поражающую миндалины. Ее случай соответствует всем критериям, применяемым для оценки вероятности стрептококковой инфекции горла: нет кашля, повышенная температура, гной на гигантских миндалинах и лимфатические узлы на передней стороне шеи размером с мячи для гольфа. В таком случае поставить диагноз проще простого. Ее приз? 10 дней антибиотиков и гора мороженого (я всегда прописываю его, потому что дети сходят с ума от предложения о принудительном потреблении мороженого).

Чарли крутится на стуле все быстрее и быстрее, пока я объясняю ее маме план лечения. Мне всегда очень приятно видеть детей в клинике. Дело не только в том, что они часто представляют собой медицинское чудо, будучи больными, но выглядя при этом вполне бодро, но и в том, что они позволяют мне самому стать ребенком на 10 минут. Из 32-летнего я превращаюсь в 19-летнего, хотя Элис сказала бы, что в 5-летнего. Чарли вскрикивает от восторга, когда дает мне пять в прыжке и в очередной раз получает наклейку с «Миньонами» за то, что она снова стала мини-легендой. Только когда они уходят, я понимаю, какой беспорядок теперь в моем кабинете. Неужели обитатель живота Элис когда-то станет таким же? Что касается беспорядка, то мне все равно. Эта консультация принесла мне много радости. Хотя дети бывают у меня редко, когда они все же приходят, я чувствую себя великолепно.

Воскресенье, 17 июня

Сегодня мы с Элис и ее животом ходили на прогулку в парк. Всегда забавно проходить мимо пациента. Для примера возьмем мистера Стоуна, который был сегодня на воскресной пробежке. Только в прошлый четверг я вводил свой смазанный указательный палец ему в задний проход, чтобы проверить простату. Мы встретились

взглядами и кивнули друг другу, когда он, запыхавшись, пробежал мимо меня.

Общая травма объединяет.

Понедельник, 18 июня

Он умирает. Мы с его женой это знаем, но мистер Клайн, к сожалению, нет. Стоя у его постели в их красивом доме, с любовью украшенном фотографиями семьи и друзей с различных праздников и торжеств, я чувствую сильное желание помчаться домой, чтобы поцеловать Элис и ее живот. Сочувственно улыбаюсь его жене, но на ее лице вижу только боль и страдания.

До сегодняшнего дня мы с мистером Клайном не встречались. Я не знал, что он идет по дороге смерти из-за запущенного рака простаты, распространившегося на кости в этом году. Однако его близкие, конечно, знали, и я нисколько не сомневаюсь, что это причиняет боль каждому из них. Как мне кажется, многие семьи столкнутся с подобным в той или иной форме. Теперь, сидя у его постели, я стараюсь направить мистера Клайна к той же странице, где уже находятся все остальные. Там говорится, что конец его жизни близок. Я делаю намек за намеком. Я мечтаю, чтобы он понял и признал, что знает о близости смерти, и мне не пришлось бы самому говорить об этом. Его жена теперь тихо плачет в углу, жадно хватая ртом воздух. На меня накатывает волна вины за жалость к себе, когда я смотрю на часы и понимаю, что из-за этого вызова на дом я не успею начать вечерний прием вовремя. Я ненавижу себя в моменты, когда мне в голову прокрадываются такие эгоистичные мысли.

Мы сидим в тишине минут пять – поверьте, это нелегко. Мы слишком часто стремимся заполнить паузы. Тишина порождает чувство неуверенности, а неуверенность порождает страх. Таковы особенности человеческой натуры, если, конечно, вы не психопат. В таком случае вам, возможно, нравится тишина.

Пора. Я прошу мистера Клайна позволить мне высказаться по поводу его состояния и прогноза. Он соглашается, после чего я делаю предупредительный выстрел и говорю, что новости плохие. Выражение его лица свидетельствует о том, что он все знает. Конечно, знает, просто он не может принять эти мысли. Поэтому я сообщаю ему свои соображения, отражающие реальность: я говорю ему, что он умирает и нам всем необходимо к этому подготовиться. Причем подготовиться нужно раньше, а не позже. Его жена, которая до этого была для него каменной стеной, рассыпается, рыдая. Мысли снова возвращаются к моей семье, но я не даю им воли. Какими бы дерьмовыми ни делала эта работа некоторые дни, она всегда предоставляет возможность задуматься и о своей собственной жизни. Я благодарен ей за это. Совершенно неожиданная награда за работу, о которой не говорят, когда вы подаете заявление на курс терапевта, хотя о ней действительно следует предупреждать.

> Молчание порождает чувство неуверенности, а неуверенность порождает страх.

Тишина устанавливается во второй раз. Я еще раз сообщаю новость и объясняю мистеру Клайну, что хочу направить его в местный хоспис, чтобы все его потребности в конце жизни были удовлетворены. Он кивает как человек, который знает, что его время подходит к концу. Из-за этого кивка мне хочется плакать, но я сдерживаюсь. В конце концов, мои слезы будут совершенно бесполезными, поскольку сейчас ему и его семье нужно спокойствие, самообладание и контроль со стороны тех, кто пытается помочь. Я возвращаюсь в клинику и начинаю вечерний прием на 40 минут позже. Сегодня, когда смерть стоит на пороге, это не имеет значения.

Вторник, 19 июня

Сегодня я случайно нажал в своем кабинете тревожную кнопку. Это было странно, ведь нужно нажать дважды, чтобы она сработала. У бедной миссис Чаттерджи чуть не случился инфаркт, когда пять моих коллег ворвались в мой кабинет, словно произошла перестрелка у корраля О-Кей[5]. Она всего лишь пришла проверить родинку.

Четверг, 21 июня

Ну, это уже совсем другая ситуация. Сиара сидит передо мной со своей подругой, чье имя я уже забыл. Ей всего 16, но она выглядит так, словно ей уже многое известно о жизни. В ее ушах и носу множество проколов со всевозможными сережками, а на шее татуировка. Ее лицо, кажется, эм… враждебным. Сиара говорит, что она, вероятно, беременна. У меня сердце уходит в пятки. Затем она говорит, что на прошлой неделе делала тест и он оказался отрицательным. Надежда есть, особенно если учесть точность современных тестов даже на раннем сроке.

В течение секунды мы смотрим друг на друга так, словно каждый из нас говорит: «И что?» Мы замерли, при этом она тупо уставилась на меня. А у меня нет времени на небеременную девочку, считающую что она беременна, поэтому мне тяжело «перезагрузить» столь странную консультацию. Я начинаю сначала и спрашиваю Сиару, чем я могу ей помочь, если она уже сделала тест. Уверенность, вот что ей нужно. Эта девочка прикидывается взрослой женщиной перед своими друзьями, но на самом деле она тихо боится. Я не хочу судить людей, но, зная район, который мы обслуживаем, предполагаю, что она может быть членом банды. Я спрашиваю о парне, который стал виновником этой небеременности. Слава богу! Он ее ровесник. Я радостно думаю о том, что мне не придется обращаться в полицию. Однако девочка признается, что этот парень сейчас в тюрьме. Просто прекрасно. Вероятность ее принадлежности к банде взлетает и прорывается через крышу клиники.

После более подробного рассказа у меня наконец формируется представление о ситуации. Она состоит в отношениях с этим, эм, заключенным, и месяц назад у них был незащищенный секс, вскоре после чего его арестовали. Потом у нее были месячные, и тест на беременность оказался отрицательным. Даже два теста, поскольку я попросил ее сделать еще один во время консультации. Если она не Дева Мария, то она точно не беременна. Я читаю ей простейшую лекцию о зачатии детей в надежде, что: а) это поможет ей избежать незапланированной беременности в будущем; и б) ей будет проще сдать школьный экзамен по биологии. Она выходит из кабинета с приятным осознанием того, что пока она не беременна, и с огромной стопкой буклетов о контрацепции, которая еле поместилась в ее детских руках. После этого я отправляю письмо в социальную службу, чтобы предупредить ее сотрудников о девочке в зоне риска.

Ее подруга ни разу не оторвала взгляд от телефона. Классика.

Пятница, 22 июня

Согласно результатам недавнего опроса, проведенного Национальной службой здравоохранения, 10 % из 2417 моих пациентов, прошедших опрос, НИКОГДА не порекомендовали бы меня как терапевта. НИКОГДА. Это 241 с половиной пациент! Вы шутите? Конечно я не настолько плох! И, кстати, я проверял результаты не только в надежде потешить свое самолюбие. На самом деле я с волнением думал о том, что в конце года будет ежегодная аттестация, и мне нужно было убедиться, что пациенты не слишком поливают меня грязью.

Я начал мысленно составлять список тех, кто мог меня так оценить. Миссис Талли точно среди них, потому что для нее я никогда ничего не делаю. Бенни, возможно, тоже, ведь я не сомневаюсь, что, придя домой, он понял, что я дал ему дерьмовый ответ о смысле жизни. Мистер Стоун тоже. Вы вряд ли оцените своего терапевта как образцового после ректального осмотра, не так ли? Да, мистер

Стоун? Думаю, я начну маленькую психологическую войну и повешу на двери плакат с благодарностью остальным двум тысячам пациентов за положительную оценку. Пусть виновным будет стыдно.

Понедельник, 25 июня

Очевидно, мне не позволят пристыдить виновных с помощью плаката. Менеджер Джаспер сказал, что это будет пассивно-агрессивно. Это, несомненно, будут иметь в виду во время аттестации. Тяжело слышать такие слова от взрослого мужчины, который в конце каждого электронного письма ставит улыбающийся смайлик.

Вторник, 26 июня

Мистер Тоска – 62-летний рок-н-рольщик. Когда он, окутанный запахом дорогого лосьона после бритья, секса и сигар, заходит ко мне в кабинет, я сразу понимаю, почему он мне нравится. Он напоминает мне парня из телевизионной рекламы лосьона после бритья. Он пришел за результатами ежегодного медосмотра и надеется не услышать от меня, что в скором времени рискует умереть от обширного инфаркта. Прости, приятель, тебя ждут неутешительные новости! Мистер Тоска много курит и пьет, имеет повышенное артериальное давление и считает, что спорт нужен только поколению подснежников[6] (думаю, он имеет в виду поколение снежинок). Если добавить к этому высокий уровень холестерина (мистер Тоска утверждает, что питается правильно, но мне сложно в это поверить, учитывая его первичное ожирение), то риск сердечно-сосудистых заболеваний, например инфаркта или инсульта, просто запределен.

Я объясняю ему все это и говорю, что ему следует подумать об изменении образа жизни и начать принимать статины, снижающие уровень холестерина (думаю, именно этот совет мог бы все изменить в последующие 10 лет), если он хочет пожить подольше. Мистер Тоска смотрит на меня так, будто я его оскорбил, и говорит,

что он не собирается делать все это, ведь у него прекрасная жизнь. Да, кстати, еще он хочет купить «Виагру», потому что у него новая 43-летняя подруга с «большими сексуальными потребностями». Я не посмел расспрашивать подробнее, несмотря на свое болезненное любопытство (у представителей нашей профессии оно развивается против воли). Теперь ему точно светит сердечный приступ. Несмотря на мое беспокойство и настойчивые советы, он ушел в том же настроении, в каком пришел. Видимо, он собирается рано лечь в могилу. Я же говорил, что он настоящий рок-н-рольщик.

Среда, 27 июня

Сегодня опять моя очередь дежурить по клинике. Все терапевты дежурят три или четыре раза в месяц, и, честно говоря, это довольно приятный отдых от монотонности, которая сопровождает мою работу. Если в обычные дни, когда я веду утренний и вечерний приемы, пациенты записываются ко мне заранее, то во время дежурства мой день с 08:00 до 18:30 никак не распланирован. Я просто сажусь за стол и, затаив дыхание, жду. К 08:01 у меня появляется длиннющий список дел. Я должен оказывать помощь пациентам, которым требуется срочная консультация, но они недостаточно больны, чтобы сразу ехать в отделение неотложной помощи, где им придется прождать в очереди семь часов. Еще мне нужно связываться с пациентами, у которых очень плохие результаты анализов крови (чтобы убедиться, что они еще живы).

Мне также приходится сталкиваться с социальными проблемами. Как ни странно, они занимают значительную часть моего дня на дежурстве. Мне звонят отчаявшиеся люди, они беспокоятся о своих престарелых родителях, но не могут связаться с социальными службами, потому что социальные службы заняты тем, что звонят нам для получения медицинской информации о других семьях в кризисной ситуации.

Мистер и миссис Пател входят в мой кабинет около 11 утра и предоставляют мне долгожданную возможность передохнуть от

этого очаровательного хаоса. Они пришли в клинику впервые. Им немного за 60, они все еще полны жизни и обратились ко мне лишь потому, что у мистера Патела кончились лекарства от повышенного давления. Это довольно слабая причина для обращения к дежурному врачу, но мне все равно, потому что они мне уже нравятся. Как ни странно, во время моих консультаций часто прослеживается обратная корреляция: неприятные для меня пациенты мешают мне мыслить как врач, поскольку я слишком занят размышлениями о том, какие они противные. Однако, когда ко мне приходит симпатичный мне пациент, я, независимо от серьезности его проблемы, всегда стараюсь углубиться в нее как можно сильнее. Не поймите меня неправильно, я понимаю, что люди могут, так скажем, обращаться со мной плохо по многим причинам, главными из которых являются страх, беспокойство и разочарование. Я знаю это и потому всегда стараюсь понять причину их гадкого поведения (иногда, однако, они ведут себя так и по жизни).

> У терапевтов болезненное любопытство развивается против их воли.

Я провожу обследование сердечно-сосудистой системы мистера Патела, которое включает прослушивание четырех камер его сердца стетоскопом, измерение артериального давления и подсчет частоты сердечных сокращений. Все идеально. Я выписываю новый рецепт на 10 миллиграммов «Амлодипина», его препарата от повышенного давления, и назначаю следующий прием. Мы заканчиваем консультацию пятиминутной беседой об их недавней поездке в Ирландию. Я рассказываю им об Элис и ее животе и напоследок говорю, что в случае, если у них возникнут какие-либо опасения, они могут обратиться ко мне в любое время.

Хотя мистер и миссис Пател впервые пришли в нашу клинику, они уже попали в топ пять моих любимых пациентов. Не переживай, Бенни, благодаря твоим вопросам о смысле жизни я очень

сомневаюсь, что ты когда-либо покинешь первое место. Поскольку у меня больше нет причин их задерживать, я неохотно провожаю пару до двери. Они уходят смеясь. Какие чудесные люди!

Четверг, 28 июня

Думаю, что теперь я связан с бандой. Сегодня на прогулке с Элис и жителем ее живота мы увидели подозрительных молодых людей, толпившихся у дверей магазина, куда я собирался зайти. Элис хотела, чтобы я купил нам два леденца. Леденца… Проще сразу прилепить мне на лоб огромную мишень. Крутые парни не сосут леденцы, Элис! Я выпрямил спину, стараясь выглядеть как можно крупнее (я прекрасно понимал, что это не поможет, если меня пырнут ножом), и прошел мимо них в магазин. Я выбрал два самых брутальных леденца, оплатил их и пошел к выходу, готовясь к предстоящему конфликту. А затем произошло нечто странное. Парни расступились, и один из них повернулся ко мне, протянув кулак (вероятно, для того чтобы поздороваться со мной?), и сказал: «Привет, доктор Скит! Как день проходит, нормалек?» Доктор Скит. Да, мне это нравится. Я прикоснулся кулаком к его кулаку (надеюсь, я все сделал правильно) и своим самым «уличным» голосом, звучащим так, словно я накануне выпил бутылку скотча и выкурил пачку сигар, непринужденно ответил: «Привет, парни! У вас, вижу, тоже все нормас». А потом добавил: «Берегите себя, хорошо?»

Я никогда не пойму, откуда взялась эта дурацкая последняя реплика. Возможно, во мне заговорил будущий отец? Неужели я теперь чувствую отцовскую ответственность не только за обитателя живота Элис, но и за всех остальных детей? Я напряг мозги и вспомнил, что этот подросток из банды – один из моих пациентов, который приходил ко мне несколько месяцев назад, и я ему помог. Элис наблюдала за этой сценой с открытым ртом, а потом назвала меня занудой за то, что я вел себя как директор школы. А я было подумал, что мне удалось ее впечатлить. Вероятно, до мистера Тоски

мне еще далеко.

Пятница, 29 июня

Мистер Пател умер. Вчера у него случился обширный инфаркт. Мне сообщили об этом, когда я пришел на работу сегодня утром. Я испытал жалость к ошеломленной миссис Пател и непреодолимое чувство вины (и страх, лгать не буду) за то, что я мог что-либо упустить. Виноват ли я в его смерти? Когда пациент умирает, любой терапевт будет снова и снова анализировать свое участие в его лечении, чтобы понять, не допустил ли он ошибку. Я не исключение.

Мне хочется забрать свои вещи, пойти домой и открыть бутылку виски, поскольку я понимаю, что день уже не станет лучше. Сейчас середина приема, и из-за тумана в голове я опять не успеваю. Я иду по коридору к регистратуре, чтобы отправить по факсу срочное письмо, и вдруг замечаю миссис Пател, стоящую у другого конца стойки. Это похоже на автомобильную аварию в фильме. Я замедляю шаг, останавливаюсь перед ней, протягиваю руку и как можно мягче пытаюсь выразить свои соболезнования. Естественно, она все это игнорирует. Перед всеми, кто находится в зале ожидания, она говорит мне, что я что-то упустил и что смерть ее мужа – моя вина. Она сообщает это таким голосом, который всегда будет ассоциироваться у меня со страшным горем. Мое лицо краснеет, а сердце начинает выскакивать из груди. Я открываю рот, чтобы что-то ответить, но продолжаю молчать. Никакие слова не смогут ее утешить. Ее сердце разбито.

Внутренне я цепляюсь за проблески позитива. Когда меня в последний раз обвиняли в убийстве (да, в убийстве) члена семьи, на меня пытались напасть с огнетушителем, стоявшим в больничном отделении, где я работал. Руки миссис Пател пусты. Однако вскоре я понимаю, что ее слова причиняют мне больше боли, чем удар огнетушителем. Я снова пытаюсь протянуть руку овдовевшей миссис Пател, но она ее отталкивает. Ошеломленный, я протягиваю документ (влажный от моей вспотевшей руки) старшему

администратору Рите, которая стоит у меня за спиной, пытаясь понять, как смягчить ситуацию. В зале ожидания воцаряется зловещая тишина (ее нарушает только мистер Свифт, один из наших самых сложных пациентов, у которого большие проблемы с управлением гневом; он кричит, чтобы мы все заткнулись).

Я еще раз высказываю ненужные соболезнования миссис Пател, которая теперь рыдает в объятиях Риты. Уходя, я чувствую, как головы всех пациентов в зале ожидания одновременно поворачиваются, чтобы посмотреть, как я сбегаю. Злодей уходит в левую кулису… Какое шоу! Они, несомненно, до конца недели будут обсуждать, как я не смог предотвратить инфаркт у пациента. Снова сев за стол, смотрю в пустоту. Время идет. Я моргаю. Мой разум оцепенел, хочется плакать. Я должен выплакаться, чтобы выпустить тягостные эмоции. Я снова просматриваю карту мистера Патела, чтобы проверить, не упустил ли я что-нибудь и не допустил ли ошибку. Тот факт, что я, по моему мнению, все сделал правильно, не играет никакой роли. Я ненавижу себя за эту проверку и начинаю сомневаться в своих способностях. Возможно, мне стоит обратиться к своему терапевту, если не станет лучше? В конце концов, терапевты тоже должны помогать пациентам, которые находятся в сложных жизненных ситуациях. Сейчас это не имеет значения. Миссис Пател потеряла любимого мужа, и справедливо это или нет, но она всегда будет меня винить. Слезам придется подождать. Несмотря ни на что, меня ждут пациенты.

Пятница, 29 июня (02:18)

Я не могу перестать думать о мистере и миссис Пател.

Июль 2018 года

Понедельник, 2 июля

После прошлой недели мне нужно взбодриться. К счастью, мистер Девлин спас меня от сухого начала утреннего приема. Он сидит в моем кабинете на неудобном дешевом пластиковом стуле (они стоят там специально, чтобы никто не задерживался), широко расставив ноги. Очевидно, у него тоже синдром предположительно огромных яиц, как и у Кева, нашего легендарного инструктора по оказанию неотложной помощи. Его семилетний сын Сэм весело скачет сзади и выглядит абсолютно нормальным. Я снова бросаю взгляд на экран компьютера: да, консультация действительно по поводу Сэма. Я киваю, сигнализируя мистеру Девлину, чтобы он развеял тучи моих сомнений и изложил медицинскую проблему Сэма. Она оказалась настоящей бомбой.

«У Сэма маленький перчик», – говорит он.

Я моргаю и жду, что он продолжит, но этого не происходит. Я усиленно размышляю, какой нейтральный, необидный и умный ответ я могут дать, чтобы справиться с генитальным кризисом, который разворачивается у меня на глазах. Я снова бросаю взгляд на экран и понимаю, что это еще одна семья, которая перешла к нам после закрытия клиники в соседнем городе. Кто-нибудь, пожалуйста, залатайте дыры в тонущем корабле Национальной службы здравоохранения, потому что мы идем на дно быстрее, чем Кейт и Лео. Все это означает, что нагрузка на клиники растет все быстрее. Последние полгода я определенно это ощущаю, что не может не огорчать.

Я снова сосредотачиваюсь и безжизненно говорю: «Ясно». Делаю паузу, давая мистеру Девлину время заметить намек, проглотить и переварить тот факт, что проблема должна быть более серьезной, если он хочет завладеть моим вниманием. Итак, он решил постараться: «Знаете ли, это нехарактерно для нашей семьи».

Потрясающе! Я бы заплатил, чтобы пробыть рядом с этим парнем весь день и посмотреть, какие еще перлы он выдаст. Сэм, кстати, абсолютно не догадывается, что происходит. Он очень занят раскрашиванием принцессы Эльзы в альбоме, который лежит у меня в кабинете для детей. Раскраска с «Трансформерами» лежит на столе без дела, и я уверен, что этот факт не даст мистеру Девлину спокойно заснуть сегодня ночью.

Итак, меня просят взглянуть на аномальный микропенис, который не соответствует семейному древу с гигантскими членами. Я невольно стараюсь не говорить лишнего, так как мозг с трудом понимает болтовню этого мужчины. Я объясняю, что в осмотре нет необходимости, ведь, в конце концов, это семилетний мальчик без каких-либо симптомов. Не нужно искать проблему там, где ее нет. Я преподаю мистеру Девлину короткий урок о половом созревании и изменениях, которые произойдут с Сэмом. И убеждаю его, что со временем пенис его сына станет больше, как и все остальные части тела. Должен признаться, в медицинской школе меня не готовили говорить такие вещи.

«Разве вы ничего не можете сделать?» – спрашивает он.

Серьезно? Обеспокоенный отец выжидательно смотрит на меня. Я твердо отвечаю, что нет. После этого я встаю, что является интернациональным кодом для «мы закончили». Они уходят, не получив ответов на свои вопросы. Я улыбаюсь беззаботному Сэму, который даже не догадывается, что мне пришлось развеивать нелепые тревоги его отца. Он радостно размахивает листком с раскрашенной Эльзой.

Вторник, 3 июля

Мы на очередном собрании нашей клиники. Заберите меня отсюда и пристрелите! Хуже всего то, что Элис не спала всю ночь, поскольку житель живота безостановочно колошматил ее сдавленный мочевой пузырь. Из-за этого мне тоже страшно хочется спать. Пока я представляю метафорические пистолет и пулю, наш

менеджер Джаспер страстно объясняет, что сегодня мы будем обсуждать самые важные события прошлого месяца. Это ситуации, в которых пациентам был причинен потенциальный или реальный вред со стороны персонала клиники (в основном со стороны врачей; эти встречи нужны, чтобы уничтожить последние остатки уверенности в своих силах). Такие собрания проходят ежемесячно.

> Негатив – враг успеха. Несчастный персонал не может слаженно работать в команде.

Развалившись на стуле, я вздыхаю. У меня под глазами черные круги. Судя по моему экспоненциально растущему уровню изможденния, меня наверняка будут не раз обсуждать на следующем собрании. Я решаю прийти на собрание пораньше и подготовить оправдания в стиле «Нескольких хороших парней». К счастью, просматривая список важных событий для анализа и обсуждения (или тыканья пальцем, как у нас принято говорить), я не вижу своего имени. Это моя маленькая победа или же судьба проявила ко мне милосердие? Как бы то ни было, я радуюсь отсутствию нежелательного внимания и откидываюсь на спинку стула, чтобы посмотреть шоу. Сегодня на собрании присутствует Найджел, один из врачей-партнеров. Врач-партнер – это не только один из главных врачей клиники, но и владелец доли бизнеса (следовательно, он получает часть прибыли в конце каждого финансового года). Наряду с администрацией врачи-партнеры принимают решения, как клиника должна обслуживать клиентов и получать прибыль. А еще Найджел иногда ведет себя как придурок. У него есть способность что угодно сделать жалким и скучным. Он бы составил прекрасную пару миссис Талли!

Честно говоря, я и не подозревал, какими навыками он обладает, пока не стал мишенью на нескольких подобных собраниях за последние три года. Возьмем сегодняшнюю встречу: одна из моих коллег написала письмо физиотерапевту несколько позднее, чем

следовало. Это сразу преподносится нам как «она забыла». Вместо того чтобы просто сказать: «Вам следует запомнить, что писать узким специалистам необходимо в течение сорока восьми часов после встречи с пациентом», Найджел превратился в дементора[7] из «Гарри Поттера». Если вы не знаете, кто такие дементоры, то это страшные существа (я был уверен, что они вымышленные, пока не встретил Найджела), которые питаются счастьем и создают атмосферу горя и отчаяния. Они в буквальном смысле высасывают из вас жизнь. Таков Найджел. Я уверен, что в его профиле на LinkedIn[8] об этом ничего не сказано. И очень плохо, поскольку вся прелесть работы в клинике состоит в том, что успех в лечении пациентов неразрывно связан с умением эффективно работать в команде: сначала администратор записывает вас на прием, после того как получит письмо из больницы и прикрепит его в вашу карту, затем терапевт обсуждает с вами это письмо и назначает анализы крови, а медсестра делает забор крови. Негатив – это враг успеха. Несчастный персонал не может слаженно работать в команде.

После этого собрания, которое, как и все остальные, ужасно затянулось, мы выходим из кабинета, словно заключенные, возвращающиеся в свои камеры. Моя бедная коллега, которая сегодня стала жертвой Найджела, старается скрыть всем понятное выражение лица, но мы все знаем, что вечер она проведет в слезах. Молодец, Найджел! Я встречаюсь с ней взглядом и в знак поддержки гипертрофированно закатываю глаза. Этот маленький жест показывает, что мы все в одной лодке. В конце концов, командная работа помогает мечтам осуществляться. Даже если среди ее членов такие придурки, как Найджел.

Среда, 4 июля

Странно. Никаких драм. Никаких придурков. Никаких потрясений. Весь день только милые, нормальные и благодарные пациенты. Выключая компьютер, я надеюсь, что завтрашний день будет

интереснее.

Среда, 5 июля

Так и оказалось. Я стою перед Пэтси, 63-летней женщиной с самой широкой улыбкой в мире. А еще она страдает сильнейшим ожирением из всех, что я когда-либо видел. В последний раз ее взвешивали семь лет назад, и тогда весы показали 151,9 кг. Она мне сразу понравилась. Растянувшись на кровати (которая также служит ей домом, ванной, столовой и, что самое грустное, единственным местом обзора), Пэтси говорит мне, что сидит на диете. Ее глаза светятся заразительной радостью. «Это потрясающе», – говорю я, удивленно улыбаясь и тайно разглядывая ее в попытке понять, в каком именно месте она похудела. Пэтси, вероятно, умеет читать мысли. Видите, она просто потрясающая! Она вытягивает руки и объясняет: «У меня “крылья” стали меньше». «Крылья» – это жир, свисающий с внутренней поверхности рук.

Интересно, Элис станет возражать, если Пэтси будет жить с нами? Я непринужденно поздравляю ее с невероятным успехом. Улыбка на моем лице становится шире с каждым словом, слетающим с ее губ. Жаль только, что этому приходит конец. Сердце уходит в пятки, когда она объясняет причину, по которой она вызвала меня на дом: зуд во влагалище. У меня в голове всплывает так много вопросов, но первый из них (я сейчас серьезно) – как она понимает, что зудит именно там, если ее паховую область прикрывает несколько абдоминальных складок? Зуд может быть вовсе не во влагалище. Я предполагаю, что у нее интертриго, воспалительное заболевание кожи, вызванное потением (оно поражает большие кожные складки).

Я сразу вспоминаю шоу «Лучший пекарь Британии», в котором вновь и вновь раскатывают тесто. Это наша с Элис любимая передача после «Побега в деревню» и «Все о деревне». Поставив чемоданчик на ковер, я ощупываю рукой карманы куртки в поисках медицинских перчаток. Ничего. Похоже, они остались лежать над раковиной в

кабинете. Я внутренне вскрикиваю. Сделав глубокий вдох и пообещав себе не рассказывать об этом Элис, когда вернусь домой, я начинаю поднимать жировые складки. Они расходятся, и между ними я замечаю похожие на патоку выделения.

Я смотрю на Пэтси, которая наблюдает за мной с энтузиазмом и любопытством. Осмотрев три складки, я обнаруживаю интертриго. Какое счастье! Еще одна складка – и мы окажемся в области вульвы. Это неизведанный мир, который мне не хотелось бы изучать без перчаток. Честно говоря, и в перчатках тоже. Согласно протоколу и рекомендациям я разговариваю с Пэтси еще 25 минут. Она очаровательна, и мне грустно думать, что она в таком положении. Никто не знает, как обернется жизнь. Меня поражает, что ее одиночество отражается в откровенной радости, когда у нее появляется возможность с кем-нибудь пообщаться. Она говорит, что ее сиделки не очень разговорчивы. Я даю себе обещание узнать, можно ли сделать жизнь Пэтси хоть немного лучше. Вернувшись в клинику, я отправляю несколько писем физиотерапевтам и социальным работникам (уже не в первый раз) и узнаю контактные данные организаций, помогающих одиноким людям. Надеюсь, они помогут этой потрясающей женщине улыбаться чаще.

Воскресенье, 8 июля

Осознать пальцы на ногах? Я щурюсь, отключаюсь от отвлекающего шума (вероятно, это Элис в ванной напевает песню Элтона Джона «Rocket Man») и снова думаю, как же, черт возьми, это сделать. Приложение по развитию осознанности, запущенное на моем телефоне, заставляет меня прокачивать свои способности. А теперь посмотрите на свои колени и осознайте их. По-моему, я еще не поздоровался с пальцами на ногах. Я думал, что сканирование тела должно расслаблять, снимать стресс и освежать. Лежа на диване в трусах и ожидая, когда Элис освободит ванную, я совсем запутался. К счастью, судьба вовремя вмешивается. Аккумулятор садится, и мой первый опыт осознанности прерывается.

Если я хочу снять стресс, который постоянно испытываю на работе последние полгода, мне нужно найти более простой способ. Я отвлекаюсь от расслабления и пытаюсь рационализировать свой стресс. На меня навалилось слишком много работы? Проблемы моих пациентов слишком сложны, чтобы я успевал их решить в отведенное время? Я злюсь на Национальную службу здравоохранения, потому что она работает неэффективно? Я нервничаю, потому что у меня погибают горшечные растения Элис? Я трясу головой, стараясь выкинуть подобные мысли. В конце концов сегодня воскресенье! Я решаю пока не принимать ванну и отправляюсь на пробежку вдоль каналов. Похоже, это и есть простой способ расслабиться. И мне не нужно приложение, заставляющее разговаривать с пальцами на ногах. До конца дня я не думаю ни о чем, кроме своей маленькой семьи. Работа от меня в миллионе километров, и не страшно, если это блаженное чувство немного продлится.

Вторник, 10 июля

Вчерашний день открыл мне глаза на то, что в клинике все серьезно меняется. Я принял пять новых пациентов и не понял, что с ними делали в их предыдущей клинике (к счастью, закрытой). Во время утреннего приема они входили ко мне один за другим, не имея никакого представления в какой страшной клинической катастрофе они оказались. Среди них был пациент с хронической сердечной недостаточностью, которому не назначили необходимую дозировку фуросемида, препарата, препятствующего скоплению жидкости в легких (этот человек буквально захлебывался). Или пациент с хронической болью, которому разрешили глотать смесь опиатов в неограниченном количестве. Результат? Вчерашний день был тяжелым. Я пришел домой в таком плохом настроении, что вечер был полностью испорчен.

Если меня что-то и раздражает в терапии, так это лень терапевтов. Мы находимся в привилегированном положении, обладая доступом

к информации, авторитетом и знаниями, необходимыми для того, чтобы делать других людей счастливее и здоровее. Если вы игнорируете серьезные проблемы, с которыми обращается к вам пациент, или работаете только вполсилы, это значит, что вы мерзавец. Именно поэтому передо мной сейчас сидит 22-летний Дэниел, приземистый житель Ньюкасла. Он думает, что влюблен в своего двоюродного брата Стива.

«Что вам нравится в Стиве?» – сразу спрашиваю я.

Оказывается, Стив не только похож на Адониса, но также умен и остроумен. Тройная угроза. Я все понимаю. Разумеется, Дэниел не говорил об этом со своими родителями и, к моему большому облегчению, с тетей и дядей. Прелесть работы терапевтом заключается в том, что вы направляете пациента, захлебывающегося жидкостью в легких, в отделение неотложной помощи (как это было вчера), и тут же даете советы об отношениях (хотя и довольно пугающих). В данном случае я предпочитаю воздержаться от своего обычного вопроса: «Как вы считаете, чем я могу вам помочь?» Вместо этого я перехожу к импровизированным советам.

> Если врач игнорирует серьезные проблемы, с которыми обращается пациент, то он самый настоящий мерзавец.

Шаг первый: убеждаем его, что совершенно нормально (на самом деле нет) испытывать чувства, которые сложно объяснить и понять. Благодаря этому Дэниел не выйдет из моего кабинета, думая, что он слишком странный (а он действительно немного странный). Шаг второй: помогаем ему поразмышлять, какой ситуация является на самом деле. Они со Стивом никогда не станут парой, и их отношения принесут семье больше плохого, чем хорошего (ничего хорошего из этого не может получиться). Шаг третий: выясняем, есть ли похожие на Стива парни, которые не являются кровными родственниками Дэниела. На меня накатывает волна облегчения. Они, похоже, есть. Кроме того, он пользуется приложениями для знакомств, чтобы

найти кандидатов для свидания по геолокации (опять же, это довольно пугающе, но, может быть, я просто старомоден). После долгого обсуждения мы решаем – чтобы побороть чувства к Стиву, Дэниелу нужно сосредоточиться на свиданиях. Этому нас тоже не учили в медицинской школе. Как бы то ни было, рабочий день завершен, и сейчас мы с Элис и жителем ее живота пойдем на ужин в мой любимый итальянский ресторан.

Среда, 11 июля

Видел как один из наших терапевтов ждал лифт на первом этаже, чтобы попасть на собрание, проводившееся в обеденное время на втором этаже. Если учесть, что в нашем обществе ожирение и пассивный образ жизни считаются нормой, то что тут можно сказать? Ролевая модель!

Четверг, 12 июля

Сегодня по телефону я узнал неприятные новости: мистеру Клайну, моему пациенту с раком простаты, доставили инфузионные помпы. С их помощью под кожу вводят один или несколько препаратов для борьбы с такими проблемами, как боль, тошнота, стресс и тревожность. Их назначают специалисты по паллиативной помощи из хосписа, и это значит, что мистер Клайн не просто приближается к концу своей жизни, а стоит на пороге двери с надписью «Выход». Это кивок в сторону смерти, поскольку мистер Клайн уже настолько слаб, что не может даже принимать таблетки.

Разговаривая с медсестрой паллиативной помощи Мод, я пытаюсь переварить тяжелые новости и чувствую, как поникает моя голова. Настроение тоже ухудшается. Я выдыхаю. Ничто не может подготовить человека к смерти. Иногда я думаю о ней, лежа в постели. Возможно, это пугающее признание. Тяжело не размышлять подобным образом, если постоянно заглядываешь в окна таких пациентов (простите, людей), как мистер Клайн и его близкие. Каково им? Они отчаянно хотят продлить ему жизнь, но

одновременно желают положить конец его страданиям. Никто не хочет отпускать своего любимого. Я думаю о своей семье, о том, кто первым покинет этот мир: Элис или я? При мысли о любом из этих вариантов у меня ком подкатывает к горлу. Я знаю, какую боль это причинит каждому из нас. Если, конечно, Элис не устанет от меня и не захочет прожить несколько лет в одиночестве (я спрошу ее, когда вернусь домой).

Нет ничего такого, что может подготовить человека к смерти.

Поблагодарив Мод за информацию, я понимаю, что мне остается только ждать. Я кладу трубку. Мне тяжело, но я должен это принять. Телефон сразу начинает звонить – такова жизнь терапевта. На этот раз звонит администратор Асиф: он говорит, что мне срочно нужно выписать рецепт на омепразол, лекарство от изжоги. Я объясняю ему, что такой рецепт никогда не является срочным.

Кроме того, мне нужна минута отдыха…

Пятница, 13 июля

Я устал. Это такая усталость, от которой все болит. Вы испытываете ментальную, физическую и эмоциональную боль. А теперь мне нужно позвонить миссис Талли. И сегодня пятница 13-е. К сожалению, этот несчастливый день ничего хорошего не сулит.

Воскресенье, 15 июля

Спокойно. Дружелюбно. Чисто. Мы возвращаемся с идиллических выходных в Лейк-Дистрикт. Пока мы с Элис и жителем ее живота стоим в пробке по пути в город, я не могу не завидовать людям, которые живут в сельской местности. Мои легкие еще никогда не наполнялись таким объемом свежего воздуха. Мне кажется, что это эликсир долголетия. Это последняя поездка перед рождением ребенка, и скоро наша жизнь навсегда изменится. Возможно, мы слишком осторожны, но на следующие несколько недель мы

собираемся переключиться на домашний режим. Я тихо вздыхаю (Элис спит рядом со мной), когда автомобильные стоп-сигналы вокруг нас агрессивно нарушают умиротворенность, дружелюбие и чистоту, которые еще недавно нас окружали. Я стараюсь сосредоточиться на плюсах городской жизни: культурная жизнь, постоянная занятость. После этого я сдаюсь. Думаю, я просто устал, подумаю об этом утром.

Понедельник, 16 июля

Мистер Клайн умер в выходные. Я рад за него. Это была хорошая смерть: вся семья (включая собаку) была у его постели, и мне сказали, что он скончался, держа жену за руку. В действительности он, возможно, умер раньше, но это не имеет значения. События, происходящие за долю секунды, являются вечными снимками, которые мы хотим сохранить в памяти. Разве можно просить о большем? Я мечтаю умереть именно так, когда придет время. Важно умереть не только в окружении близких, но и у себя дома, где жизнь содержится в обрамленных фотографиях, безделушках и потертых креслах. Свой дом наполнен воспоминаниями о вечеринках, знакомыми запахами, добрыми словами и признаниями в любви. Что ж, это идеально.

Уже не в первый раз за последние недели после разговора с медсестрой Мод мне хочется поговорить с Элис и узнать, как у них с жителем живота дела. Разумеется, мне нравится думать о них обоих, однако где-то на подкорке мозга меня снова беспокоит моя эмоциональность. Набирая номер следующего пациента, я начинаю волноваться, что эта работа лишает меня эмоциональной устойчивости быстрее, чем я надеялся.

Среда, 18 июля

Черт возьми, Бенни вернулся! Он сидит передо мной в футболке с джедаями из «Звездных войн» на пухлом животе. Не в силах ничего с собой поделать, я просто откидываюсь на спинку кресла и смотрю

на него округлившимися от волнения глазами. Что он приготовил для меня на этот раз? Я правда надеюсь, вдруг он придумал что-то вроде вопроса о смысле жизни, который он задал мне в прошлом месяце. Я предаюсь воспоминаниям. Та странная консультация закрепила за ним первое место в списке моих любимых пациентов. За. Все. Время. Я подаюсь вперед, заметно огорчившись. Вросший ноготь? Внутри я плачу.

Правда, Бенни? Правда? Ноготь?

Так и не приняв более нейтральную и профессиональную позу, я продолжаю склоняться над столом, выражая свое разочарование, как грустный павлин. Заверив Бенни, что я запишу его на прием к подологу с этой скучной проблемой, я пытаюсь направить беседу в более интересное русло: «Ну что, как ЖИЗНЬ?» Слабая попытка. Я вдыхаю, но выдохнуть не решаюсь.

Давай, Бенни, ты можешь.

> События, происходящие за долю секунды, являются вечными снимками, которые мы хотим сохранить в памяти.

Он несколько раз моргает. Я – нет. Меня переполняет нетерпение.

«Хорошо, спасибо».

Выдыхая, я выхожу из транса и перевожу взгляд с пациента на экран компьютера. Пустая страница с описанием консультации мечтает о том, чтобы ее снова заполнили вопросом о смысле жизни. Вместо этого я пишу о дурацком ногте.

Да ты подвел меня, Бенни!

Четверг, 19 июля

Сегодня Элис со мной не разговаривает. Ей не было смешно, когда я назвал ее надвигающийся декрет годовыми каникулами.

Пятница, 20 июля

Я вижу пот со своего места. Он блестит под электрическим светом, когда она ритмично водит руками по джинсам. Сэди всего 23, но тревожность высасывает из нее всю жизнь. Как хамелеон, эта злая и лишенная сочувствия тревожность приспосабливается к любой ситуации, в которой оказывается Сэди: к поездке на автобусе, деловой встрече или походу в бар с друзьями. К сожалению, это вполне типично для людей с диагнозом «Генерализованное тревожное расстройство». Теперь на ее джинсах разводы от пота.

Чувствуя, что на этой консультации мне нужно действовать осторожно, я слегка наклоняю голову и улыбаюсь пациентке. Однако уже слишком поздно: она поняла, что я заметил разводы. Физические признаки скрытого заболевания. Тревожность жестока. Во многом это связано с тем, что люди, не страдающие ею, ничего не замечают. Когда вы чего-то не видите, вам тяжело не только это понять, но и проявить сочувствие. Поэтому пациент страдает еще больше. Он изолирован. Не понят. Самокритичен.

Сэди выглядит так, словно сейчас заплачет. Поскольку мой предыдущий пациент, оплакивая свою умершую кошку, использовал последнюю салфетку из коробки, я очень надеюсь, что Сэди сдержит слезы. У нее не получается, и она смахивает слезы рукавом. Не имея альтернативы, я поддерживаю ее своим бездействием. Сквозь слезы Сэди говорит мне, что ее жизнь рушится. Она ушла с работы из-за тревожности. Бойфренд ее не понимает. Сейчас тревожность усилилась настолько, что даже выход из дома кажется восхождением на Эверест без кислородного баллона.

Я поздравляю ее с тем, что сегодня она все же совершила восхождение (при этом я указываю рукой на окружающие нас предметы). Учитывая постыдный и возмутительный факт того, что среднее время ожидания психологической разговорной терапии составляет шесть месяцев, я лучший вариант, на который Сэди приходится рассчитывать. Я шучу, что обойдусь дешевле частного психотерапевта, и мы оба смеемся над ситуацией, вырвавшись из тупика слез. Мы оба знаем, что я не психотерапевт. К вашему

сведению, у меня нет блестящей перьевой ручки, кончик которой я могу закусывать, изображая мыслительный процесс, или живого горшечного растения (прости, дорогая Элис, это снова случилось). Однако я могу выслушать ее и стать резонатором для мыслей, роящихся у нее в голове. Я могу быть беспристрастным и, надеюсь, понимающим. Это можно добавить к уже известной ей информации о пользе физических нагрузок, дыхательных техник и, конечно, препаратов против тревожности, которые она начала принимать в прошлом месяце. Я говорю, что со временем ее способность бороться с тревожностью только окрепнет. Гора обязательно будет с каждым днем становиться все ниже, и с каждым вдохом в ее легкие будет попадать больше кислорода. Я поддержу ее всеми силами. Когда мои руки связаны, а специалисты по психическому здоровью перегружены, остается лишь говорить пациентам правду. Разумеется, я боюсь, что люди вроде Сэди, страдающие психическими расстройствами, однажды решат, что их единственный выход – суицид. Мне остается только надеяться, что этого никогда не случится, как бы тяжело им ни было.

> Тревожность коварна. Это связано с тем, что окружающие люди, не страдающие ею, ничего не замечают.

Она уходит, не узнав от меня ничего особо нового. Однако она благодарит меня и говорит, что после нашего разговора ей стало лучше. Думаю, это связано с тем, что иногда общение становится лекарством. Сэди выходит из кабинета с записью на повторную консультацию через две недели и воскрешенной надеждой, что ей удастся с этим справиться. У нее обязательно все получится.

Вторник, 24 июля

Впечатляюще. Я давно не видел настолько пристыженного человека. Джереми – 42-летний невысокий жилистый мужчина. Он сидит напротив меня, опустив голову и поджав метафорический

хвост. Всем своим видом он напоминает набедокурившего школьника.

«Ну давай, Джереми, расскажи доктору о своем колене!» – приказывает его девушка (и, очевидно, дрессировщица) Хлоя. Джереми съеживается прямо на глазах, поскольку она давит на него с нарастающей силой. Оказывается, у него уже шесть недель болит колено, но он ничего с этим не сделал. Если я захочу узнать больше о боли, мне не придется волноваться. Дрессировщица Хлоя возьмет роль говорящего на себя. Она крайне неприятный человек, если судить по тому, как она унижает Джереми, моего настоящего пациента. Поэтому я начинаю силовую игру и говорю ей, что с этого момента желаю слушать только Джереми.

> Когда психологи перегружены – остается говорить пациентам правду.

«В конце концов, вы ведь не знаете, какие ощущения у него в колене, не так ли?» – спрашиваю я с улыбкой. Я слегка пассивно-агрессивен. Джереми выглядит страшно напуганным. Во мне просыпается чувство вины, я понимаю, что разбудил зверя. Позднее последствия придется расхлебывать ему, а не мне. Бедный парень. Джереми объясняет, что у него болит прямо над коленной чашечкой. По его словам, боль появилась после плотницких работ. Присев, я осматриваю его припухшее и болезненное колено и ставлю диагноз «Препателлярный бурсит» (воспаление похожей на подушку околосуставной сумки, которая снижает трение в области коленной чашечки). Все пройдет через пару недель, если принимать нестероидные противовоспалительные препараты, прикладывать лед и не вставать на корточки.

«Ты все запомнишь, Джереми?» – стул скрипит, когда Хлоя нагибается вперед. «Запишите!» – рявкает она. Изо рта Джереми доносится стон. Я не могу не сочувствовать ему. Распечатав рекомендации, я пожимаю Джереми руку. Делая это, я смотрю ему в

глаза и вижу в них полное смирение. Он знает, что она доминирует над ним, и ему стыдно. «Вы можете прийти ко мне в любое время», – говорю я в тщетной надежде, что однажды он придет один и я пойму, какого хрена он рядом с ней делает.

Хлое я руку не пожимаю.

Среда, 25 июля

Сегодня я нанес непоправимый вред своей профессиональной репутации. Один из моих пациентов из высшего общества услышал, как я обсуждаю предстоящий финал шоу «Острова любви» с Джинни, нашим юным администратором. Отмыться от такого дерьма сложно. Возвращаясь в кабинет с дешевым растворимым кофе в руке, я понимаю, что мне нужно поработать над своей репутацией, если я хочу снова увидеть этого пациента.

Фанаты «Острова любви» меня поймут.

Пятница, 27 июля

Это весьма любопытное поражение кожи. Я рассматриваю его, направив лампу на торс мистера Спеллера. Рассматриваю близко. Мой нос практически касается волос на его груди. Он сидит молча, пока я провожу осмотр. Я понятия не имею, что это такое. Есть в мистере Спеллере что-то неловкое. Я чувствую, как напрягается его тело, пока он сидит на смотровой кушетке рядом со своей аккуратно сложенной рубашкой (для меня это красный сигнал, который указывает на странных людей: кто так аккуратно складывает рубашку во время осмотра?). Я подозреваю, что раньше его так не осматривали. Ему всего 36 лет, поэтому мне не хватит смелости сказать ему, что еще через 30 лет врач будет совать свой указательный палец ему в зад, чтобы проверить прямую кишку. По сравнению с этим сегодняшний осмотр – приятная прогулка в парке.

Я снова рассматриваю это странное кожное поражение. Мы лечили его стероидным кремом с противогрибковым эффектом шесть недель (обычно такого времени более чем достаточно), поскольку я

предполагал, что это может быть грибковая инфекция под названием «стригущий лишай». Однако красное пятно все еще здесь. На самом деле, оно только стало больше.

Отдалившись от пятна, я смотрю на мистера Спеллера, но он, разумеется, смотрит не на меня, а четко прямо. Ему все это определенно не нравится. Я кашляю, чтобы привлечь его внимание. Он смотрит на меня.

«Давайте возьмем соскоб с кожи и узнаем, что лаборатория скажет нам об этом малыше!»

Он хмурится, услышав выбранное сравнение, но затем неохотно кивает в ответ на мое предложение. Когда я возвращаюсь к компьютеру, чтобы быстро распечатать направление, мистер Спеллер начинает одеваться.

Серьезно, парень? Как, по его мнению, делается соскоб? Через одежду?

Я объясняю, что мы сделаем соскоб прямо сейчас и ему нужно оставаться без рубашки. Он снова кивает, на этот раз с еще меньшим энтузиазмом, и опять устремляет свой взгляд на тысячи метров вперед. Я подкатываю к нему стул и сажусь, держа в руках скальпель и лист бумаги (на него попадут частицы кожи). Я поднимаю глаза и улыбаюсь. Разумеется, он не смотрит на меня – мне уже стоило это усвоить. Я осторожно вожу скальпелем по пятну и ловлю листком бумаги сухие красные хлопья кожи. После очередного движения скальпелем я решаю, что мы закончили.

«Все, мистер Спеллер», – объявляю я.

В этот момент все начинает идти кувырком. Я поворачиваюсь, держа в руках бумажку с образцом кожи. Она еще не свернута. На меня дует вентилятор, включенный на полную мощность. Словно в замедленной съемке, я наблюдаю за тем, как частицы кожи мистера Спеллера летят прямо на меня. Я открываю рот и замираю, не зная, что делать дальше. Черт! Каким-то образом мистер Спеллер не заметил мою маленькую техническую ошибку. У взгляда на тысячу метров вперед тоже оказались свои плюсы. А у меня есть два

варианта: признаться в случившемся, или чуть-чуть приврать, сказав, что нам нужно еще немного кожи. Ложь во спасение пока никому не вредила (хотя это не всегда так; взять, например, президента Клинтона и Монику Левински).

Я соскребаю еще немного кожи, сообщив, что того образца оказалось недостаточно. Мистер Спеллер продолжает смотреть на тысячу метров вперед. Одеваясь, не глядя на меня, он не спрашивает, когда можно узнать результат, и даже не вступает со мной в маленький диалог о погоде. Неудивительно, что, одевшись, он вылетает из кабинета. Заполнив его карту и написав себе напоминание связаться с ним, как только результаты будут готовы, я вспоминаю о своей рубашке. Господи! И о своем рте. Я смотрю на рубашку и думаю о том, что ее придется постирать в горячей воде. А еще нужно почистить зубы, как только я вернусь домой. Сразу же. Определенно до того, как поцеловать Элис.

Воскресенье, 29 июля

В эти выходные настроение у меня не очень. Вчера вечером лучшая молодежь города решила, что дорога перед нашим домом идеально подходит для запуска фейерверков. Убедившись, что в стенах дома не застряли неразорвавшиеся ракеты, я замечаю, что машину опять поцарапали. На этот раз пострадал капот. Великолепно! Наша машина напоминает дерьмовую версию «Волшебного экрана», вот только функции «Стереть нарисованное» у нее нет.

Я уверен, что в сельской местности люди так себя не ведут.

Понедельник, 30 июля

Думаю, пытки белым шумом именно так и выглядят. Мистер Пек называет пятую причину, по которой он здесь. Как ни странно, он делает это с улыбкой, словно оказывая Национальной службе здравоохранения услугу, вываливая на меня все свои проблемы за одну консультацию. Это особенно раздражает. В обычный день я бы

показал ему свои стальные кулаки, но сегодня, взбодренный редкой ночью крепкого сна (Элис уехала в гости к ее родителям на Южном побережье, поэтому мне не пришлось спать с моржом-эпилептиком), я натягиваю бархатные перчатки.

Когда жалоб так много, мне приходится заполнять карту во время монолога пациента. Периодически я слегка киваю в знак согласия или обеспокоенности. Обычно я заполняю карту после того, как пациент выйдет из моего кабинета. Это позволяет указать только основные моменты, а не писать «Войну и мир». Язык тела мистера Пека слишком расслабленный. Он словно говорит: «Я пришел, чтобы остаться». Господи, он снял кофту! Это красный флаг, я этого не выдержу.

Мы решили четыре из пяти его проблем, а именно: 1) измерили артериальное давление (скучно, но важно); 2) заполнили направление на ежегодный анализ крови, оценивающий функцию почек (еще скучнее); 3) решили, нужны ли ему антибиотики для лечения простуды (определенно нет, если он не хочет внести свой вклад в глобальную проблему антибиотикорезистентности); и 4) определили, выглядит ли порез на его пальце, полученный на прошлой неделе во время плотницких работ, воспаленным (нет). Теперь мы переходим к последней, пятой проблеме. Мужская грудь. Я перестаю печатать и поднимаю глаза.

Уже не так скучно.

Похоже, он скрывал свое беспокойство какое-то время, но, начав встречаться с новой девушкой, он все же решил провериться, поскольку она пошутила на эту тему. Очевидно (я стараюсь не улыбаться), она сказала, что его грудь больше, чем ее. Проводив его до смотровой кушетки, я осматриваю беспокоящую его парочку и улыбаюсь, стараясь его подбодрить, потому что грудь точно мужская. Я снова усаживаю его на стул и объясняю, что это заболевание называется «Гинекомастия» (чрезмерное разрастание нормальной ткани груди).

Шокированный, он смотрит на меня.

«Выходит, у меня правда титьки?»

Я думал, что он начнет спрашивать, нужен ли ему бюстгальтер (я точно не знаю, как ответить на такой вопрос), но, к счастью, он просто спросил, почему так произошло. Честно говоря, у меня нет времени на еще один школьный урок анатомии, но я осторожно вкладываю ему в руку буклет о дисбалансе тестостерона и эстрогена. Кроме того, я вполне уверен, что у него нет ничего серьезного.

Мистер Пек огорченно смотрит на меня и спрашивает: «Мне нужна операция?»

Я радостно отвечаю, что в этом нет никакой необходимости. В его случае проблема решается похудением. Худеть можно начать прямо сейчас, перестав каждую ночь выпивать полторы бутылки красного вина с его новой подругой. Он решительно кивает. Мы договариваемся сделать несколько анализов крови, чтобы убедиться в отсутствии других патологий. Однако, согласно философии бритвы Оккама[9], «если вы слышите топот копыт, думайте о лошадях, а не о зебрах». Простые вещи случаются чаще. Вооруженный буклетом, направлением на анализы крови и философской цитатой, мистер Пек выходит из кабинета.

Мы уложились в 12 минут.

Я снова в форме. Вау, здоровый сон творит чудеса!

Вторник, 31 июля

Я рад, что спросил маму пятилетней Хэтти о ее профессии, заверив предварительно, что наружная ушная инфекция Хэтти (называемая наружным отитом) пройдет после курса простейших капель. Ничто не заставляет работать более эффективно, чем мать пациента, которая является юристом, специализирующимся на врачебной халатности!

Август 2018 года

Среда, 1 августа

Этот случай точно принесет мне удовлетворение. Сьюзан, 62-летняя учительница географии на пенсии, потирает левый локоть и говорит, как сильно ей хочется узнать, что с ним не так. Теннисная сумка, которую она принесла с собой, соскальзывает и падает на пол с жестяным стуком цилиндра для теннисных мячей. Это один из тех моментов, слегка напоминающих ситуацию, когда я, будучи подростком, выпросил у девочки, которая мне жутко нравилась, номер телефона (в то время они еще были стационарными). Меня распирало от желания рассказать об этом друзьям, но я изо всех сил старался казаться крутым. Понимаете, врачи ставят диагноз прямо на приеме гораздо реже, чем вы думаете. Это частично связано с тем, что проблемы пациентов становятся все более сложными. Кто знает почему. Это может быть связано с растущей доступностью информации о здоровье в интернете. В большинстве случаев нам приходится чесать голову, решая сложные проблемы, например сильное покалывание в правом мизинце и левой лодыжке, которое появляется только по средам после ужина с карри. Причем я могу быть уже пятым терапевтом, к которому пациент обращается с подобной проблемой.

Решать их очень интересно. Сьюзан – классический пример пациентки с «локтем теннисиста»: активная пенсионерка, взрослые дети которой давно разъехались. Она продолжает тереть локоть, доставляющий ей дискомфорт. Ожидая, когда наступит мое время говорить, я задумчиво жую кончик ручки, но потом останавливаюсь, поняв, что нашел ее на полу фойе. Я забрасываю удочку и задаю еще несколько вопросов: «Вам больно откручивать крышки у банок?» Она оживленно кивает, проглатывая приманку. Я заинтригован. Кстати, в этой ситуации я вовсе не веду себя как мерзкий нарцисс. Я просто применяю положительное подкрепление, чтобы повысить

удовлетворенность собственной работой. Иногда нам всем приходится это делать. Продолжая внутренне торжествовать, я осматриваю локоть Сьюзан с внимательностью опытного матадора. Пора. Сделав чересчур театральную паузу и задумчиво кивнув, словно ответ лишь секунду назад пришел мне в голову, я наклоняюсь вперед и объявляю диагноз. Она замолкает и восторженно откидывается на спинку стула.

У нас есть победитель!

> Врачи ставят диагноз прямо на приеме гораздо реже, чем вы думаете.

Стараясь сохранить торжественность момента, я с энтузиазмом объясняю, что у нее травматическое перенапряжение мышц-разгибателей предплечья (это разговорное название, на самом деле диагноз звучит как «Латеральный эпикондилит») и поэтому ей больно открывать консервные банки или играть в теннис. Эти занятия могут как вызывать, так и усугублять это состояние. Она приходит в восторг, и я на секунду задумываюсь о том, что Бенни следовало отреагировать точно так же, когда я ответил ему на вопрос о смысле жизни. Пока мой надежный принтер Hewlett-Packard B5L25A («Хью»), которым я пользуюсь последние три года, запускается, я говорю Сьюзан, что ей помогут противовоспалительные препараты, покой и восстановительные упражнения. Я улыбаюсь и заверяю ее, что она вернется к игре очень скоро. Она уходит с чувством облегчения, поскольку на нее больше не давит груз неизвестности. Я удовлетворенно откидываюсь на спинку кресла… Возможно, это был простой случай, но я такие люблю. Они напоминают мне, что «небольшая проблемка» одного человека – это гигантская проблема другого.

Четверг, 2 августа

Похоже, что мистер Торнтон действительно намеревается сделать то, что я предполагаю. Чтобы привлечь его внимание, я поворачиваюсь на кресле, чтобы оно заскрипело. Склонив голову, я прочищаю горло. Как раз в тот момент, когда его рука приближается к ширинке, я объясняю, что в клинике есть прекрасные уединенные туалеты. Они являются более подходящим и комфортным местом (для нас обоих), чтобы собрать мочу для анализа.

Он смотрит на меня. Его большой и указательный пальцы застыли у молнии джинсов Levi's 501. Я смотрю на него вызывающе. Мой дом – мои правила. Разговор окончен. Однако затем происходит то, чего я не ожидал: мистер Торнтон выходит из себя. Он выглядит так, словно я отвлек его от чего-то вполне уместного. Пробурчав «ладно уж», он выходит из кабинета, чтобы воспользоваться туалетом, как это сделал бы на его месте любой нормальный человек. Я сижу в тишине, мое тело еще не готово вернуться к компьютеру. Этот парень не шутил? Кивая от возмущения, я задерживаю дыхание, ожидая, что он зайдет с банкой для сбора мочи, надетой на пенис.

Пятница, 3 августа

«Антибиотики? Серьезно?» Я качаю головой, не веря своим ушам. Элис сидит на диване рядом со мной. Однако, она полностью игнорирует меня, предпочитая вечерами заниматься чем-то более взрослым и серьезным, чем кричать на телевизор во время просмотра шоу «Терапевты: за закрытыми дверями». Она составляет список вещей, которые нужно будет взять в больницу, когда житель ее живота наконец захочет явить нам свое лицо. Я бросаю взгляд на ее список. Уже через секунду я начинаю об этом сожалеть. Какой длиннющий! По-моему, в него включены все предметы из нашей квартиры. С таким же успехом Элис могла бы рожать дома. Меньше сборов, интернет лучше работает…

Я упираюсь затылком в спинку дивана и смотрю следующую консультацию. К врачу пришел какой-то старый парень с

малоподвижным и болезненным коленом, которое беспокоит его уже много лет.

«Это точно артрит!»

Элис бросает на меня взгляд, а затем продолжает умело меня игнорировать. Этому можно научиться только за шесть лет практики. Терапевт из шоу лениво дает несколько советов, и я начинаю ворчать. Я не буду таким врачом. Я не буду настолько ленивым. Конечно, я не испытываю симпатии к некоторым пациентам (если вы найдете врача, который любит всех, будьте уверены, что он лжет), однако это не означает, что я не стараюсь им помочь. Они получают помощь такого же качества, как и пациенты, с которыми мне нравится работать. Я выключаю телевизор и поворачиваюсь к Элис. Это человек, на которого я могу смотреть до конца жизни. Звучит жутко, я знаю. Думая об этом, я наклоняюсь к ней и прошу рассказать мне, что она включила в свой дурацкий список.

Понедельник, 6 августа

Эта неделя не началась как по маслу. На самом деле в нашем самолете нет топлива, двигатель остановился из-за застрявшей в нем птицы, и кто-то покурил в туалете. Я вымученно улыбаюсь миссис Делавер, сидящей передо мной. Ее четырехмесячная дочь Энджел (ну конечно), которой уже прокололи уши (как без этого), использует ее как человеческий батут. Миссис Делавер угрожающе хмурится. Кроме того, у миссис Делавер есть 15-летняя дочь Эмбер, которая сидит в углу и таращится в телефон, не моргая.

Не видя ответной реакции с их стороны, я решаю прекратить улыбаться и как можно быстрее завершить консультацию. Удача на моей стороне. Оказывается, миссис Делавер пришла только для того, чтобы обновить рецепт на препарат «Орлистат», помогающий ей похудеть. Мы сидим молча и мучительно ждем, когда мой принтер «Хью» распечатает рецепт. Если бы только… Если бы только я не спросил миссис Делавер и Эмбер, чья это малышка, когда они вошли в кабинет.

Это была не лучшая приветственная фраза.

Вторник, 7 августа

Вы, должно быть, издеваетесь надо мной. Мистер Ричмонд растянулся на моем столе, часто дыша, как собака. Раскачиваясь на кресле, я наблюдаю за ним со смесью смущения и раздражения. Я начинаю с самого открытого вопроса, который только способен придумать: «С какой проблемой вы пришли?» Я чувствую, что на этот вопрос может последовать весьма объемный ответ. Мистер Ричмонд отрывает голову от стола и – сейчас будет моя любимая часть – с закрытыми глазами направляет на меня словесное цунами из никак не связанных между собой симптомов. Когда он начинает перечислять, я записываю его слова, но быстро останавливаюсь. Пока пальцы парят над клавиатурой, я смотрю на этого человека, являющего собой плавильный котел из всех существующих симптомов.

Если тело мистера Ричмонда не собирается самовозгореться и превратиться в эфир, то он несет полную чушь. Понимая, что это мой последний пациент на сегодня и что я должен сходить с Элис, которая сейчас на 36-й неделе, на предродовую консультацию, я решаю взять ситуацию под контроль. Надеваю ему манжету для измерения давления на левую руку и приказываю сесть прямо. Он быстро реагирует на садомазохистское проявление врачебного доминирования, и, прежде чем успевает дополнить список симптомов, в котором уже есть одышка, боль в обоих ушах, тошнота, гиперактивность мочевого пузыря, сыпь на левой ноге и сухость кожи губ (я серьезно), я измеряю его температуру, частоту сердечных сокращений, кислородную сатурацию и время наполнения капилляров.

Пока я заношу результаты осмотра (нормальные, разумеется) в его карту, мистер Ричмонд снова опускается до уровня стола. Его лицо теперь напоминает морду бульдога, прижатую к автомобильному стеклу. «На этот раз у тебя ничего не выйдет», – думаю я.

«Поднимитесь!»

Если вы найдете врача, который любит всех, знайте, что он лжет.

Я усаживаю его на смотровую кушетку и проверяю сердце, легкие, живот, уши и горло. Все в норме. Удивительно! Пресекаю попытку лечь на кушетку – я не собираюсь из-за него опаздывать на встречу с Элис. И прокручиваю в голове альтернативный сценарий: если бы он все же лег, мог бы я просто выключить свет и уйти? Вновь смотрю на мистера Ричмонда. Мое терпение похоже на тающую корочку льда на поверхности очень глубокого и опасного озера. Я продолжаю таращиться на него, позволяя потанцевать на этой корочке.

«Чего вы хотите?»

Интересно. Услышав вопрос, он выпрямляет спину. Он хочет сдать кровь на анализ. Я незамедлительно приступаю к действиям и начинаю заполнять направление на анализ крови. Одновременно я прошу его пояснить свое желание. Оказывается, он уверен, что с его кровью что-то не так. Странно, но ладно. Обычно пациентам кажется, что у них рак. Я прекращаю заполнять направление и начинаю поворачиваться к нему, чтобы объяснить, что наверняка все в порядке, однако на середине поворота останавливаюсь и снова сажусь лицом к компьютеру. Больше я не буду говорить.

Мне нравится подобная тактика. Пациенты, однако, ненавидят ее, потому что они начинают нервничать, сидя без дела. В кабинете. С незнакомцем. В тишине. После того как «Хью» (теперь я понимаю, что его очень нужно заменить) наконец выплевывает направление на анализ крови, которое из-за бледности чернил сложно расшифровать, я объясняю мистеру Ричмонду, что анализ даст нам ответы на все вопросы. Словно феникс, возродившийся из пепла, мистер Ричмонд поднимается со стула с новообретенной силой и пожимает мне руку. Он меня благодарит. Я говорю, что мне было очень приятно помочь, но это неправда. Некоторые терапевты,

услышав об этом случае, скажут, что я зря дал ему направление на анализ крови. Они могут остаться при своем мнении, но я, однако, с ними не соглашусь. Понимаете, часто такие пациенты не унимаются, пока они не получат того, что нужно им для успокоения, даже если это какая-то ерунда. Если отказать им, они будут ходить от одного терапевта к другому и даже будут снова и снова приезжать в отделение неотложной помощи, растрачивая ценное время и ресурсы, пока кто-то наконец не спросит, что им на самом деле нужно. Я сразу прижигаю рану, поскольку в противном случае люди вроде мистера Ричмонда зальют кровью всю систему здравоохранения. Этого нельзя допустить, не так ли?

Четверг, 9 августа

Я тру глаза, но мозг отказывается пробуждаться, оцепенев от огромного объема работы. Сейчас 19:15, и это был длинный-предлинный день. Я продолжаю сортировать клинические письма, касающиеся пациентов моего коллеги, уехавшего в отпуск. Каникулы, посвященные йоге… Я вспоминаю, как в прошлом месяце у меня не получилось осознать пальцы на ногах, и вздрагиваю от мысли провести в таком духе неделю. Снова сосредоточившись на письме уролога о Джейми, одном из наших самых молодых пациентов, я осознанно делаю медленный глубокий вдох.

> Мое терпение похоже на тающую корочку льда на поверхности очень глубокого озера.

Затем, затаив дыхание, просматриваю письмо, переваривая результаты обследования и диагноз: рак яичек. Я удрученно выдыхаю. Эти слова одновременно несправедливы и жестоки. Его направили на компьютерную томографию, чтобы проверить, не распространился ли рак на другие области тела, например лимфатические узлы в животе или легких. Джейми точно потребуется удаление пораженного яичка и последующая

химиотерапия, необходимая для предотвращения рецидива. Ему всего 19 лет.

Откинувшись на спинку кресла, подшиваю письмо в медицинскую карту. Уже не в первый раз я ненавижу себя за жалость к самому себе. Это чувство наполняет меня, когда я думаю о времени, усталости и непередаваемом желании уехать в отпуск. Я откидываю голову на спинку. Знаю, сейчас иногда можно задержаться на работе по вечерам, но когда родится ребенок, я должен (и хочу) быть дома вовремя. Нам всем иногда нужна помощь. Все изменится.

В моем кабинете звонит телефон, и это не радует. Звонок из регистратуры. Игнорируя его, я снова смотрю в карту Джейми. У меня в животе все сжимается, и я мысленно даю Джейми подзатыльник. Более пяти месяцев назад он обращался к нашей медсестре Ирене и упомянул уплотнение в яичке. Ирена совершенно справедливо сказала ему срочно обратиться к терапевту и проконсультироваться с ним по поводу новообразования. Поскольку Джейми был слишком смущен, то прождал еще четыре с половиной месяца, прежде чем наконец обратиться к моей коллеге Джули. На консультации она записала четким шрифтом Times New Roman: «При осмотре обнаружено большое твердое пальпируемое новообразование на правом яичке». Хотя я никогда не встречал Джейми, я знаю его. Я не раз видел мужчин, которым стыдно вовремя достать яички, когда они чувствуют, что с ними не все в порядке. К счастью, ситуация постепенно меняется, и люди начинают более открыто говорить на такие темы. Я не особенно религиозен, но я молюсь, чтобы за это время рак не успел распространиться и по-настоящему подвести Джейми.

Я злюсь на него.

Потому что мне его жаль.

Мой мозг на минуту замедляется, а головная боль усиливается. Я выполняю последнее задание: оставляю сообщение постоянному терапевту Джейми с просьбой связаться с пациентом, как только он вернется из отпуска. Я даже не утруждаюсь тем, чтобы выключить

компьютер. Я просто встаю, запираю кабинет и ухожу.

Суббота, 11 августа

Сегодня я собрал кроватку для ребенка. Подождите: моего ребенка. Просто невероятно.

Воскресенье, 12 августа

После завтрака в постели Элис говорит мне, что я прикрутил стенки кроватки вверх ногами. Однако она говорит это с нежностью, и я люблю ее за это.

Вторник, 14 августа

Обычно мне нравятся баночки из-под джема, потому что я люблю джем. Однако в банке, которую 71-летний Джеральд поставил передо мной, явно находится что-то другое. Как я обычно поступаю с новыми пациентами, которых теперь становится все больше: я не нарушаю тишину, ожидая, когда Джеральд объяснит мне, что передо мной вообще такое.

С сильнейшим шотландским акцентом он сообщает мне, что это вышло из его пениса.

Это что, фокус?

Этот комментарий чуть не слетает с моего языка, но я вовремя сдерживаюсь, откидываюсь на спинку кресла и улыбаюсь.

«Вы, вероятно, удивились?»

Мне нравится Джеральд, но он туповат и невозмутим. В ярких подробностях он рассказывает мне, как «журчал» (его слово, не мое) и вдруг увидел это в унитазе. Натянув перчатки, я поднимаю банку, чтобы изучить принесенный Джеральдом образец, который представляет собой нечто среднее между вкусными красными желейными змейками (я их фанат) и соусом из красной смородины для жаркого из ягненка.

Джеральд смотрит сначала на банку, потом на меня, потом снова на банку и, наконец, опять на меня, спрашивая, что же вышло из

члена?

Это сгусток крови.

> Порой я ненавижу себя за жалость к себе, когда думаю про усталость и отпуск.

Я знаю Джеральда какое-то время. Уже не раз урологи вводили ему в уретру камеру, чтобы выяснить причину макроскопической гематурии, заметной крови в моче. Ничего плохого у него не обнаружили. Я также знаю, что он принимает кроверазжижающие препараты от мерцательной аритмии, одной из разновидностей нарушения сердечного ритма. Эти препараты очень нужны ему, поскольку они предотвращают образование сгустков крови в сердечных камерах, которые могут покинуть сердце и закупорить сосуд в мозге или легких. По сути, они являются профилактикой инсульта, сердечного приступа и, эм, смерти.

Основываясь на стабильных результатах клинических наблюдений, я убеждаю его, что, хотя кровяные сгустки неприятны, ему не о чем беспокоиться (если, конечно, еще один сгусток не закупорит уретру, трубку, по которой моча выходит из мочевого пузыря; в таком случае он быстро поймет это и приедет в отделение неотложной помощи местной больницы).

Он вертит банку и выглядит глубоко погруженным в свои мысли. Затем он переспрашивает, действительно ли это просто старая свернувшаяся кровь. Я киваю, словно желая сказать: «Молодец, Джеральд! Ты сегодня очень внимателен».

«Я скормлю это собаке».

Шоу окончено, Джеральд. Окончено.

Когда он уходит, я с грустью думаю, что уже никогда не смогу смотреть на джем как раньше.

Среда, 15 августа

Какое счастье, что я сегодня хорошо спал, потому что администратор Джеймс объявил нам всем, что он уже вызвал полицию и запер двери. Я знал, что на сегодня запланирован урок по чрезвычайным ситуациям и в нашей клинике, как и во всех остальных лечебных учреждениях страны, они должны проводиться часто. К счастью, такие уроки обычно ведут скучную и негламурную жизнь в пыльных папках или на общественных компьютерах, и все понятия не имеют, как получить доступ к материалам по ним.

Замерев у стойки администратора со свежим вагинальным мазком в руке, я ощущаю, что все присутствующие в замешательстве. Джеймс выглядит гордым, даже зазнавшимся. На самом деле он просто глупый. Пока мы молча стоим, антенны присутствующих в зале ожидания выдвигаются при слове «полиция». Пациенты похожи на группу нездоровых сурикатов, жаждущих сплетен.

«В детской раздевалке находится бесхозная детская сумка».

Ох, Джеймс! Хотя он один из самых старых членов нашего коллектива, он еще не утратил страсть к работе. А еще он странно одержим политикой, и мне на почту постоянно приходят от него письма о новых и потрясающих политических изменениях (я уже давно пришел к выводу, что такого не бывает). Разумеется, последние изменения касаются терроризма: как действовать, если вы подозреваете реальную или потенциальную угрозу теракта. Джеймс думает, что в сумке бомба. Слава богу, он запер дверь детской раздевалки! Это сдержит взрывную волну. Я решаю, что больше не могу это выносить, возвращаюсь в свой кабинет и вызываю следующего пациента.

К окончанию консультации ничего так и не взорвалось. Полиция приехала и уехала. В сумке лежали обычные детские вещи. В конце дня я возвращаюсь домой, беспокоясь о том, что оставил ручку на радиаторе туалета для персонала.

Кто знает, что Джеймсу взбредет в голову?

Пятница, 17 августа

Очередь из голодных и социально неуклюжих терапевтов, желающих пообедать, движется невероятно медленно. Честно признаться, я не в восторге от конференций для терапевтов. Доказательством тому служит факт, что последний раз я посещал подобную конференцию 12 месяцев назад. Понимаете, времена, когда можно было зарегистрироваться утром, а к пяти часам уйти обедать в паб, давно прошли. Сегодня организаторы не выдадут сертификат о посещении, если в конце дня вы снова не поставите свою подпись. Сейчас время обеда, а я все еще здесь. Все утро я пытался усвоить последние рекомендации по лечению сердечной недостаточности, мигрени и диабета. И все для того, чтобы стать лучше как терапевт. Большая часть информации доступна в интернете, поэтому я приехал сюда только для того, чтобы отдохнуть от работы в клинике. Если учесть, что участие в конференции обошлось мне в £250 (24 000 руб.), еда могла бы быть и получше. Наконец добравшись до стойки, где раздают еду, я вижу анемичные фрикадельки и слипшиеся макароны.

«Приятно видеть, что мы практикуем то же, что проповедуем».

Женщина, накладывающая еду, не понимает мою шутку. Она просто спрашивает, хочу ли я брокколи, но я сомневаюсь. С одной стороны, это, похоже, единственный полезный продукт из доступных. С другой стороны, кто, блин, сочетает брокколи с фрикадельками и макаронами, но я соглашаюсь. Вооружившись единственным источником полезных веществ, я приступаю к поиску места. Столовая представляет собой минное поле. Я осматриваю всю эту саванну с терапевтами, заполненную людьми, большинство из которых даже не знают друг друга. В таких ситуациях важно не торопиться с принятием решения. Поскольку вилка уже вертикально держится в слипшихся макаронах, торопиться мне некуда. Кроме того, неправильный выбор места может испортить весь обеденный перерыв. Я замечаю, что область слева от меня, где в основном сидят одни одиночки, уже занята. У людей там есть общая поведенческая черта: они оставляют между собой и другим человеком как минимум

один стул. Это экосистема чувствительных терапевтов, и, хотя я мог бы расположиться на стуле между ними, заполнив пространство между двумя людьми, это был бы как минимум спорный поступок с моей стороны.

Следующая экосистема, которую я замечаю, находится в центре столовой. Это группа пожилых терапевтов. Обычно это врачи-партнеры, о которых я уже говорил ранее. Они сидят бок о бок, уверенные, расслабленные и контролирующие ситуацию. Присоединиться к ним можно только в том случае, если ты один из них. В моем случае все не так, поэтому я продолжаю осматриваться. К большому сожалению, единственный оставшийся вариант – клуб знакомств справа от меня. Это экосистема терапевтов, которые хотят завести друзей, но не знают как. За их столом есть одно свободное место с краю. Я вздыхаю. Вилка, воткнутая в макароны, начинает опускаться, а до начала дневной секции по психическому здоровью остается всего 10 минут. Я подхожу к свободному месту, придав лицу выражение «нет-нет, со мной говорить не нужно», и сразу же перехожу ко второй части. Сев, я достаю телефон из кармана и незамедлительно утыкаюсь в него, желая дать другим понять, что этот парень закрыт для общения.

Но Тилли восприняла все иначе. Тилли чуть за 40, на ней пара походных ботинок и шуршащие утепленные штаны. Прекрасно! Тайная сверка с картами Google подтверждает, что до ближайших гор не менее 80 километров. Может, коллега хочет всегда быть готовой к походу? Когда она начинает разговор со мной, я складываюсь, словно карточный домик, и улыбаюсь. Мне нравится думать, что я умею грубо обращаться с людьми, однако в теории это гораздо проще, чем на практике. Тилли приехала из Лондона, и она рассказывает, как там живется терапевтам. К ее лицу прилипла еда, которая двигается, пока Тилли говорит. Я с трудом сдерживаю улыбку. Кажется, что этот кусок машет мне. Как сказать ей? В итоге я решаю ничего не делать в надежде, что кусочек все-таки отпадет и приземлится на ее походную одежду.

Я размазываю по тарелке макароны, превратившиеся в единую массу, и вежливо киваю в ответ на слова Тилли. Я периодически бросаю взгляд на трех терапевтов, сидящих напротив. Они явно подружились, но продолжают смотреть на свои ботинки во время разговора. Остается надеяться, что хотя бы пациентам они смотрят в глаза.

Хватит, злобный Макс!

Дин-дон! Этот спасительный звук означает начало дневной секции. Я в последний раз улыбаюсь Тилли и говорю, что мне было очень приятно с ней поболтать и что, возможно, найду ее во время следующего перерыва, чтобы подробнее расспросить о поездке на озеро (я, конечно, не стану этого делать). Похоже, ее обрадовала перспектива повторной встречи, из-за чего я начинаю себя ненавидеть. Еда отправляется в помойку. Заняв свое место в лекционной аудитории, так и не утолив голод, я вздыхаю громче и продолжительнее, чем ожидал. Что-то не так. Я чувствую себя странно. Я должен находиться среди своих единомышленников-терапевтов и переживать возбуждение, приятное волнение и страсть, однако эти эмоции почему-то мне чужды. Я тру глаза. Может, всеобщее недовольство Национальной системой здравоохранения, которое особенно остро ощущается на конференции для терапевтов, наконец добралось и до меня? Или, быть может, я просто устал. Как бы то ни было, я сильнее утопаю в своем кресле и стараюсь выкинуть все из головы.

Суббота, 18 августа (03:47)

Я лежу в постели рядом с Элис. Что ж, в действительности это не совсем так. На самом деле я хватаюсь руками за край своей половины кровати, потому что меня вытесняет Берлинская стена, построенная беременной Элис. Девять архитектурно разложенных подушек поддерживают огромный живот Элис, лежащей на боку. Я смотрю в темноту и закусываю нижнюю губу, словно обуреваемый страхом подросток, в котором бушуют гормоны. Почему теперь,

когда я должен думать только о жителе живота и нашем общем будущем, я снова и снова анализирую свою реакцию на вчерашнюю конференцию? Впервые за все время я переживаю, что выбрал не ту профессию. Эти мысли не дают мне заснуть до утра.

Понедельник, 20 августа

Сижу на больничном. Мужской грипп[10]. Побочный эффект от работы.

Среда, 22 августа

Почти пришел в себя после мужского гриппа. Теперь, когда сомнения по поводу выбора профессии крутятся у меня голове так быстро, что стиральная машина «Хотпойнт» могла бы позавидовать, телефонный разговор с миссис Талли меня не очень радует. Она говорит уже 15 минут, но мне приходится адаптироваться к окружающей среде, как это делали доисторические клеточные организмы.

Громкая связь. Гениально!

Понятия не имею, как я не додумался до нее раньше. К концу 19-минутного монолога (вы не побили свой рекорд, миссис Талли) мне удалось заполнить направление к гематологу (узкий специалист, занимающийся заболеваниями крови) для другого пациента, ответить на электронное письмо социального работника, написать Элис сообщение о том, что мне следует переквалифицироваться в международного шпиона, и просмотреть все результаты патологоанатомических экспертиз. Что касается миссис Талли, я в очередной раз убедился, что ее сиделки – полное дерьмо, а она не имеет к этому абсолютно никакого отношения. Как всегда, она благодарит меня за уделенное время.

Элис ответила, что я идиот.

Похоже, она против.

Четверг, 23 августа

Можно ли убить работу?

Пятница, 24 августа

Думаю, стоит подробнее рассказать о вчерашнем дне. Я не выдержал. В свою защиту могу сказать, что это был идеальный шторм. У меня создалось впечатление, будто все пациенты, обладающие определенным набором навыков, вбили 20-сантиметровые гвозди в гроб, где покоилось мое психическое здоровье. Все произошло во время дневного приема в четверг. Вчера у меня были все: от пациента, который просил осмотреть его анус и пенис из-за двух разных проблем (хотя он опоздал на 15 минут без уважительной причины), до зависимого от обезболивающих препаратов наркомана, который прибегал к угрозам, пытаясь заставить меня назначить больше «колес», чем нужно. В дополнение ко всему дурацкий компьютер постоянно отключался, из-за чего приходилось несколько раз повторно заполнять электронные карты. А еще я забыл взять с собой что-нибудь на обед, но у меня не было возможности сходить в кафе, так как я оставил кошелек дома.

Даже несмотря на эти редчайшие феномены, я был уверен, что смогу держать эмоции под контролем. Так было до последнего пациента. Бернадетт ворвалась в кабинет, яростно швырнула сумку на стол и еще до того, как я успел открыть рот, сказала: «Вы, СРАНЫЕ терапевты, все заодно!» Внутри меня все закипело, и за секунду температура возросла с нуля градусов до ста. Я сделал глубокий вдох. «О чем именно вы говорите?» – спросил я, стараясь оставаться предельно спокойным. Учитывая время, оставшееся на ее консультацию в конце приема, ей повезло, что она еще стояла в кабинете.

Она заорала, что по ней явно видно, как она больна, но я наверняка не посажу ее на больничный (я бы обязательно так и сделал, если бы она продолжила в том же духе). Затем я вытащил чеку из социальной гранаты, спросив, почему она не может работать.

«Мой ГРЕБАНЫЙ живот болит!»

Ее слюна приземлилась мне на подбородок в нескольких миллиметрах от губ. Клянусь, мои веки нервно дернулись, как это бывает в фильмах про разъяренных одиночек за секунду до того, как они срываются и убивают всех. Вау! Испытанные мной эмоции переводят меня на следующий уровень. Думаю, Бернадетт не совсем понимала, что представляет из себя консультация терапевта, и понятия не имела о хороших манерах. Я дал ей достаточно времени сделать шаг назад от края пропасти, но, поскольку она так этого и не сделала, я должен ее оттащить.

Я решил преподать урок.

Я поставил свой стул рядом со стулом Бернадетт, чтобы избавиться от барьера в виде стола и дать ей явный сигнал, что хочу привлечь ее внимание. Я сказал, что она должна меня выслушать. Когда я пять раз повторил это, она замолчала, но сидела словно на сжатой пружине, готовой в любой момент разжаться, чтобы запустить ее на орбиту. Я объяснил, что незамедлительно завершу консультацию, если она не перестанет кричать и без объяснений что-то требовать. Здесь не рынок. Она начала угрожать, что будет жаловаться, и я подал ей форму жалобы, добавив: «Или послушайте меня». Она открыла рот, чтобы что-то сказать, но моя поднятая рука остановила ее. «Пожалуйста, Бернадетт, поступите себе во благо и ПОСЛУШАЙТЕ МЕНЯ», – сказал я, на этот раз с улыбкой. Переключившись в режим школьного учителя, я начал объяснять ей, что нельзя вести себя подобным образом в моем кабинете. Я сказал, что мне все равно, каких успехов она добивалась с помощью такого поведения в прошлом, потому что со мной этот фокус не пройдет.

Через несколько минут температура и давление в комнате стали уже более совместимы с жизнью. Я попросил объяснить, что именно ее беспокоит. Бернадетт снова начала тараторить. Я опять поднял руку, и на этот раз она поняла, что дан сигнал сбавить обороты. Она начала рассказ заново, но теперь медленнее. Оказалось, у нее болел не живот, а таз. Это было похоже на хроническую тазовую боль,

причина которой до сих пор неизвестна врачам. Я сказал, что она, наверное, дерьмово себя чувствует. Она кивнула, удивленная тем, что врач умеет ругаться (ох, если бы только она знала). Просмотрев ее медицинскую карту, я понял, что в последние годы дела с ее здоровьем обстояли не очень, и, хотя так вести себя в моем кабинете недопустимо, мне стало понятнее, почему она выбрала именно такой подход.

Никогда не угадаешь, что на самом деле думают пациенты.

Мой мозг так устал, что было тяжело думать. Я продолжил расспрашивать Бернадетт, чувствуя, как она немного смягчилась. В итоге консультация завершилась несравнимо лучше, чем началась. Я выписал Бернадетт больничный, направил на дальнейшее обследование, включавшее трансвагинальное УЗИ, и назначил следующую консультацию, чтобы узнать, помогло ли ей выписанное мной обезболивающее. Уходя, она уже не выглядела так, словно собиралась пырнуть меня ножом.

Я захлопнул дверь, все еще кипя от злости. Взглянув в зеркало, я понял, что выгляжу ужасно. Более того, впервые за все время работы я сильно покраснел от ярости, а мои ладони вспотели. Когда ты зол, мысли и действия предельно далеки друг от друга. В этот раз я был очень близок к тому, чтобы сказать ей отвалить от меня. Я медленно утопаю в требованиях пациентов. Может, мне все же не хватает способностей для этой работы? Изможденный, встревоженный и нервный, я лег на кушетку и уставился в потолок. Нельзя снова так приближаться к черте.

Понедельник, 27 августа

Поверить не могу! Первое сообщение, полученное мной утром, было от администратора Салли. В нем говорилось: «Когда Бернадетт уходила, она сказала, что вы лучший врач из всех, к кому она

обращалась». Я не мог не улыбнуться ситуации. «Похоже, я не зря сунул ей денег», – пошутил я в ответ.

Никогда не угадаешь, что на самом деле думают пациенты, когда они уходят.

Среда, 29 августа

Любой терапевт, утверждающий, что он не любит консультации по поводу противозачаточных таблеток, лжет. Кэти рассказывает мне, что изучает бизнес-менеджмент в университете, пока я измеряю ее артериальное давление. Я знаю, что могу немного отдохнуть. Это обычная консультация, на которой я должен оценить, насколько препарат подходит пациентке. Я чувствую, как расслабляюсь, ведь в ближайшие 10 минут никакого хаоса не будет.

Сняв с Кэти манжету для измерения давления и указав ей на весы, я задаю несколько рутинных вопросов по поводу оральных контрацептивов. Мне надо удостовериться, что Кэти знает, как поступить, если она забудет принять таблетку и займется сексом, но не захочет через девять месяцев получить скидочную карту в магазине Mothercare.

Консультация должна занять менее пяти минут. Я счастлив: у меня останется еще пять минут, чтобы налить чашку чая, с комфортом посидеть на унитазе или позвонить Элис и узнать, как дела у нее и живота. Будучи на 39-й неделе, она уже готова к родам, и, честно признаться, мы оба устали. Как и планировалось, через пять минут Кэти выходит из кабинета с рецептом на препарат, который помешает ей получить скидку в Mothercare, а я убегаю в уборную. Это возможность передохнуть в одиночестве.

Физически. Эмоционально. Умственно.

Если бы каждый прием был таким же, как в прошлый четверг, когда ко мне приходили самые сложные и требовательные пациенты каждые 10 минут в течение трех часов, я бы точно самовозгорелся. Простые консультации по поводу контрацептивов работают как огнетушитель.

Пятница, 31 августа

Итак, наша жизнь изменится на следующей неделе. Элис сегодня позвонили из больницы и сказали, что в понедельник ей будут стимулировать роды. Какое счастье, что я оформил отпуск со следующей недели, предполагая, что это может случиться! Я изо всех сил пытаюсь подавить широкую улыбку, когда еду домой на автобусе. Я сдаюсь. У меня не получается, ведь я слишком счастлив.

Я буду папой.

Сентябрь 2018 года

Вторник, 18 сентября
Черт возьми, да это тяжелый труд!

Четверг, 20 сентября (02:54)

Уильям Артур Скиттл, вес четыре килограмма. Наполовину я, наполовину Элис. Сейчас ему 15 дней. Он уже не просто житель живота. Я одержим его глазками, ножками и ручками. Я любуюсь ими, когда он лежит на подстилке для переодевания с рисунком из динозавров. Я поглощен любовью. Элис не перестает меня удивлять. Во время родов она напоминала сосредоточенного, агрессивного и страстного викинга, но, когда все закончилось, стала именно такой матерью, какой я ее себе представлял: доброй, любящей и нежной.

Опьяненный любовью – именно так я могу описать свои чувства. Однако, как я писал ранее, быть родителем – тяжелый труд. К вашему сведению, мы с Элис нормально не спали с того момента, как акушерские щипцы обхватили голову нашего сына. Цикл кормления и смены подгузников бесконечен. «Ты еще не можешь быть независимым, да, Уильям?» – шепчу я.

Я начинаю облачать его попку в очередной подгузник, но делаю это слишком медленно. Дерьмо повсюду. Повсюду. Уильям, чье лицо освещено ночником, терпеливо смотрит на меня. Ему нет никакого дела до происходящего, и все говорит о том, что в ближайшие несколько лет это не его проблемы.

Мы снова приступаем к уборке.

Четверг, 20 сентября (03:38)

Уильяму определенно нравится его подстилка для переодевания. Прошло менее сорока пяти минут, а он уже снова лежит на ней. В его защиту могу сказать, что во время последней смены подгузника я,

вероятно, забыл направить его крошечный пенис вниз, из-за чего моча потекла вверх.

Прости, дружок, я усвоил урок. Но ты можешь попробовать направлять свою кнопку в любую сторону!

Четверг, 20 сентября (06:47)

Ночь кончилась, и я позволяю себе молча завалиться в постель, наблюдая за первыми лучами утреннего солнца, пробивающимися сквозь занавески. Господи, какой же удобный у нас матрас! Элис только что заснула, в очередной раз накормив молоком нашего ненасытного мальчика. Какой жадный парень! У меня болят глаза. Не уверен, что я вообще спал сегодня ночью. Может, я сплю сейчас и все происходящее мне снится? Такого не может быть. Уильям снова плачет. Я шепчу нашей постели («Пожалуйста, никуда не уходи, я вернусь») и, взяв на руки нашего 4,5-килограммового разрушителя сна, качаю его. Меня снова наполняют усталость и эйфория.

Пятница, 21 сентября (23:58)

Половицы в гостиной скрипят в знак протеста. Начинается очередная ночь, я медленно хожу из стороны в сторону. В одной руке у меня виски, а в другой пульт от телевизора. Между ними спит Уильям в слинге. Я целую его крошечную лысую макушку, чтобы отпраздновать нашу командную победу. Он заснул, и можно посмотреть все ночные телешоу, которые Элис так ненавидит смотреть со мной.

Гениально! Нам следовало стать родителями много лет назад.

Суббота, 22 сентября (04:12)

Элис смотрит на меня, не понимая, что происходит. Я продолжаю раскачиваться перед ней с Уильямом на руках и шепчу: «Мне нужно еще двадцать минут». Я объясняю, что документальный фильм об альпинисте, пытавшемся первым покорить гору Эль-Капитан, который мы с Уильямом смотрим, скоро закончится, и мы придем к

ней. Она с нескрываемым удовольствием напоминает мне, что на следующей неделе я возвращаюсь на работу, однако меня это не радует. Я вызывающе улыбаюсь. Затем она разворачивается и по пути в спальню кричит: «Веселитесь в своем мужском клубе!» Думаю, своим криком она пытается саботировать мой план.

Ты слышал, Уильям! У нас свой клуб! Здорово, правда?

Суббота, 22 сентября (14:49)

Проснулся на унитазе. Вот что может сделать с человеком усталость. По крайней мере, данный пункт можно исключить из списка вещей, которые нужно успеть сделать за жизнь.

Понедельник, 24 сентября (04:01)

Мы стоим над колыбелью. Не понимая, что произошло с нашим ребенком, я наклоняю голову, чтобы взглянуть на него под другим углом. У него на лице странный гибрид дорогой косметической маски для лица и дешевой маски супергероя. Элис кивает и говорит, что это нечто поразительно равномерно распределилось. Мы смотрим друг на друга и начинаем хохотать.

Уильям, да ты настоящая легенда! Заснув, он умудрился выблевать идеальную белую пленку, которая покрыла его лицо от верхней губы до макушки. Как? КАК? Два очень удивленных новорожденных глаза моргают под пленкой. Уильям молчит, будучи слишком шокированным, чтобы плакать. Я вытираю рвоту рукой, аккуратно используя большой палец, чтобы очистить глаза. Затем Уильям делает то, что заставляет нас влюбиться в него чуточку сильнее: он широко улыбается беззубым ротиком. Как я уже сказал, он наша маленькая легенда.

Понедельник, 24 сентября (08:47)

Введите в поисковую строку Google «смертельная доза кофеина», и вы увидите, что запросов 173 миллиона. Мне стало слишком тяжело, поэтому я вношу свой вклад в это число. Без кофеина не

обойтись, потому что сегодняшний день знаменует окончание моего двухнедельного декретного отпуска и возвращение на работу. К сожалению, теперь усталость перестает быть тем, что мы делили с Элис и Уильямом в тишине нашего дома. Отныне мое изнеможение будет заметно пациентам. Кофеин позволит приобрести так называемый публичный фасад, необходимый для возвращения к врачебной практике. Не страшно, если он не соответствует действительности и мои пациенты будут видеть своего терапевта более усталым, чем до рождения Уильяма. По крайней мере, короткое время (я надеюсь).

После его появления на свет измучена каждая клетка моего тела. Теперь у меня «мозг молодого папы» из смеси знаний о стерилизации бутылочек, режиме кормления, надевании боди, смене подгузников и лучших способах отмывания дерьма и/или рвоты. Кроме того, должен признать, мысленно я дома. Мне интересно, как дела у Элис и Уильяма. Все ли у них хорошо? Скучают ли они по мне так же сильно, как я по ним? Знаю, это глупо.

Проснулся на унитазе. Вот что делает с человеком усталость!

Конечно, все медицинские знания на месте, но они словно заперты в багажнике неизвестной машины, стоящей на неизвестном этаже многоуровневой парковки. Надеюсь, они вернутся. Скоро мне предстоит это узнать. Делая очередной большой глоток кофе, я размышляю, как отцовство изменит во мне терапевта.

Что ж, думаю, скоро мы это поймем.

Понедельник, 24 сентября (09:58)

Неужели я на работе всего два часа? Мне кажется, что прошла вечность. Передо мной сидит Петуния. Интересно, заметно ли ей, что с 23:00 вчерашнего дня я проспал только четыре часа? Мне это точно заметно. Ей, вероятно, тоже. Я подавляю зевок, что пациенты ненавидят, ведь им кажется, что они мне наскучили (иногда это

правда). Они не думают, что я просто устал (с рождением Уильяма это всегда правда). Я выгляжу так, словно одевался в темноте (так и было), не обращая никакого внимания на вещи, которые натягивал на свое тело (и это тоже правда).

Петуния, однако, интересная пациентка. Не в клиническом плане, поскольку, судя по ее симптомам, у нее обычная инфекция мочевыводящих путей. Меня заинтересовала ее любовь к слову «ссать». Я еще никогда не слышал, чтобы его произносили с таким энтузиазмом. Из всех возможных синонимов, например «мочиться», «ходить в туалет», «ходить по малой нужде», «писать» и «журчать», она предпочитает только слово «ссать». Я проверяю собранную ею мочу (прости, Петуния, ссаку) на присутствие инфекции и подробнее расспрашиваю о симптомах. Слово «ссать» продолжает фигурировать в каждом предложении. Я просматриваю ее медицинскую карту. Нет, это не вербальный тик. Тем не менее за восемь минут приема словечко успевает мне надоесть.

Это как водить ногтями по доске.

Отцовство может изменить меня как терапевта?

Однако я понимаю, что подобное не должно сильно меня беспокоить. Все люди разные, и я списываю свое раздражение на недостаток сна. Или, возможно, дело в том, что она постоянно его повторяет (любое слово, повторенное столько раз, начнет звучать для вас странно). Я опускаю голову, пока мою руки, устраняя с них следы ссак Петунии, и, задержав дыхание, поворачиваюсь. Она сидит и ждет вердикта. Объявляю ей не самую приятную новость: у нее действительно инфекция мочевыводящих путей. Хорошая новость в том, что после короткого курса антибиотиков болезнь быстро пройдет.

Довольная моими словами, она смотрит на меня снизу вверх, когда я встаю, чтобы проводить до двери.

Да, Петуния, иди рассказывать о своих ссаках в другом месте!

Понедельник, 24 сентября (17:59)

Не знаю, чем я провинился, чтобы заслужить такого пациента в конце рабочего дня. Мистеру О'Кифу 58 лет, и он выглядит как классический работник сферы финансовых услуг, который после тяжелого развода и раздела имущества вышел на пенсию и уехал из Лондона пожить спокойно. Тем не менее он до сих пор полон энергии. Он пришел за результатами суточного мониторинга артериального давления. Это организовала моя коллега Сара, поскольку, когда мистер О'Киф обратился к ней на прошлой неделе, его давление было повышено.

Было бы здорово, если бы Сара и дальше его лечила, но дни, когда можно было постоянно посещать своего терапевта, заканчиваются из-за растущего спроса на медицинские услуги. По этой причине люди вынуждены идти к тому врачу, к которому им удалось записаться. Мистер О'Киф попал ко мне. Честно признаться, меня нисколько не удивляет, что у него повышенное давление. Он ни на секунду не замолкает. И он не просто говорит, а говорит с торопливостью, разочарованностью (конечно, это его чувство адресовано Национальной системе здравоохранения) и силой, которые не могут не поражать. Я сижу, не двигаясь. Я словно играю в «Море волнуется раз» и не хочу проиграть. Пускай говорит. У таких людей обычно нет кнопки отключения, на которую можно нажать.

Контроль. Контроль. Контроль.

Может, его следует познакомить с 83-летней миссис Талли, которая тоже старается полностью контролировать своих сиделок? Вам кажется, что разница в возрасте слишком велика? Я решаю делать записи параллельно с речью мистера О'Кифа. Ему определенно нет никакого дела до того, что я хочу сказать по поводу его артериального давления. Похоже, он записался на прием, чтобы выговориться. Как мило с его стороны! Когда он, раскрасневшись, наконец делает паузу, я сообщаю, что у него

повышенное давление. Сей факт он не может не понять, и я замолкаю. Его лицо все еще красное. Решаю продолжить и объясняю, что это повышает риск инфаркта и инсульта, последствия которых могут быть катастрофическими. Пациент ошеломленно моргает. Он ведет себя так, словно я только что признался ему в вечной любви. А затем снова заводит шарманку, утверждая, что он и так уже не ест соль, занимается с персональным тренером и выполняет упражнения по развитию осознанности.

Что я сделал не так, что заслужил такого пациента в конце рабочего дня?!

Я прекращаю печатать. «Осознанности?» Я стараюсь задать вопрос так, чтобы не выдать своего изумления, но у меня не получается. Он игнорирует вопрос и продолжает монолог. Похоже, парень никогда не придет к осознанности. С его шилом в заднице это невозможно. Передо мной один из тех, кто получит инфаркт от неудачной попытки загрузить на смартфон приложение по развитию осознанности. Я отключаюсь на продолжительное время, гадая, чем Элис и Уильям сейчас занимаются. Затем я смотрю на время на компьютере. Отлично, 10 минут, которые я должен ему уделить, истекли. Мы ничего не добьемся. Я поворачиваюсь к нему с профессиональной улыбкой и объясняю, что иногда давление повышается с возрастом, несмотря на большие усилия со стороны человека. В таких случаях его все равно необходимо контролировать. В этом контексте я напрямую спрашиваю его, будет ли он ежедневно принимать таблетки, нормализующие артериальное давление.

Нет, Макс! Разумеется, он не будет это делать!

Он начинает ворчать, что все терапевты так и норовят выписать побольше лекарств. Я встаю и протягиваю ему руку. Я объясняю, что мы ходим кругами и что на этом следует закончить. Мне кажется, что со всеми мистерами О'Кифами нашего мира нужно быть пожестче,

если хотите, чтобы они вас услышали. Я говорю, как мне было приятно его увидеть (это не так) и что, если он передумает насчет таблеток и захочет снизить риск преждевременной смерти, он может вернуться в любое время. Он пожимает мне руку, явно удивленный моим подходом, и уходит. Сомневаюсь, что я снова его увижу.

Его здоровье – его выбор.

Вторник, 25 сентября (11:32)

Даже подумать не мог, что разговоры о сне в тот момент, когда больше всего на свете хочется спать, могут быть настолько болезненными. Я молча страдаю. Джерри сидит слишком близко ко мне. Он один из тех пациентов, кто, зайдя в кабинет и усевшись, пододвигает свой стул как можно ближе к вашему. Без приглашения. Без моего согласия. Теперь, когда в мое личное пространство вторглись, я мысленно кричу, чтобы он от меня отвалил. Однако мои губы растягиваются в дружелюбной улыбке. Наши колени всего в нескольких сантиметрах друг от друга. Если бы они были губами, а мы – несдержанными подростками, то поцелуй непременно случился бы.

У Джерри большая шея. Он говорит, что она 50 сантиметров в обхвате. Я заинтересованно киваю, прекрасно зная, что это одна из причин, по которым нам будет тяжело быстро справиться с его проблемами в виде храпа и плохого сна. В полусонном состоянии я прошу его рассказать мне обо всем подробнее, чтобы у меня была еще одна минута отдыха. Я снова спрашиваю, какой у него обхват шеи. Он выглядит растерянным. Я извиняюсь перед ним, но это не гарантирует, что через пару минут снова не задам этот вопрос. Джерри говорит, что храп разрушает их долгие отношения с девушкой Элли (теперь, когда храп усилился, она заставляет его спать в отдельной комнате). Он плохо спит ночью и не может сосредоточиться на работе в супермаркете днем (он жалуется на

изнеможение и сонливость, и я его прекрасно понимаю). К счастью, он не водит машину. Это спасает меня от более сложного разговора.

Здоровье пациента – это его личный выбор.

Слушая его, я подсознательно хочу, чтобы он перестал повторять слово «сон». Это пытка. Я чувствую, как мое тело обмякает без предупреждения или разрешения, и понимаю, что я вот-вот засну. Я наклоняюсь вперед и делаю глоток кофе. Он ледяной, но какая разница? Я бы слизал кофейные гранулы с унитазного сиденья пациента, больного норовирусной инфекцией[11], если бы мне сказали, что они последние на земле. Слушая монолог Джерри, я понимаю, что он делает абсолютно все, чтобы усилить храп. Выпивает почти каждый вечер, спит на спине и иногда даже принимает снотворное. А еще давайте не будем забывать о его гигантской шее. Я разворачиваю монитор компьютера и показываю анатомическое строение рта и шеи. Я объясняю ему, что во время сна все эти мышцы и другие мягкие ткани расслабляются. Когда он делает вдох, турбулентность, созданная этими обмякшими мышцами, вызывает вибрацию. Это и есть храп. Алкоголь, снотворное, сон на спине и развитые мышцы шеи (из-за их веса) усиливают храп. Похоже, что во сне Джерри не только храпит, но и периодически перестает дышать. Это называется эпизодами апноэ. Поэтому он постоянно просыпается. Умный мозг не дает ему умереть, вовремя пробуждая.

Я даю ему возможность переварить все, что я сказал, и поворачиваюсь к компьютеру заполнить карту. Кроме того, печатая, я активен. А если я активен, то не засну (еще несколько дней назад я думал, что поход в туалет – тоже активность, но ошибался). Джерри начинает задавать вопросы, но умирающий принтер «Хью» перебивает его, с ревом выплевывая буклет о храпе.

«Итак, Джерри, перестаньте выпивать каждый вечер, – говорю я с сочувствующей улыбкой. – Спите на боку. Купите своей девушке

беруши. Откажитесь от снотворного». Я делаю паузу, а затем добавляю: «И пристегните теннисный мяч к спине». Джерри смотрит на меня, пока я заканчиваю давать ему рекомендации по борьбе с храпом. Он говорит, что не любит теннис. Я улыбаюсь, отодвигая от него колени (это знак окончания консультации), и говорю, что отсутствие у него интереса к теннису не должно ухудшить прогноз.

Вторник, 25 сентября (13:12)

Я чувствую себя на месте тысячи пациентов, которых укладывал на смотровую кушетку за последние три года. Я внимательно рассматриваю потолок кабинета, словно вижу его впервые, и прислушиваюсь к своему глубокому и медленному дыханию. Я понимаю, что мой разум больше не соответствует моей физической позиции. А пациенты уже не занимают большую часть моих мыслей.

У меня есть сын. Замечательная жена. Маленькая нуклеарная семья[12].

Мой рот расплывается в улыбке. Теперь все кажется совсем другим. Жизнь, личная и профессиональная, стала другой. Они неделимы. Я закрываю глаза и ощущаю спокойствие, которое всего несколько месяцев назад на работе редко посещало меня. Кто бы мог подумать, что ребенок так быстро изменит меня как врача?

Я завожу будильник на телефоне и решаю поспать 10 минут.

Вторник, 25 сентября (13:14)

Так и знал, что чертов стационарный телефон нужно было отключить!

Среда, 26 сентября (13:17)

Девяностодевятилетняя вагина. Стоя у кровати с самым маленьким гинекологическим зеркалом из всех, что мне удалось найти, я объясняю Элси, что сейчас произойдет. Она поднимает бровь и отвечает: «Делайте то, что должны». Элси выбрала верное слово – «должны». При всем уважении, мне не хочется это делать. Ее

сиделка, чье имя я дважды успел забыть, вызвала меня. Сегодня утром, меняя Элси урологическую прокладку, она заметила кровянистые выделения (вероятно, из влагалища). Человек, распределявший между врачами вызовы на дом, почему-то решил, что это идеальная для меня пациентка.

Она лежит на безупречно заправленной кровати, согнув ноги и расставив стопы. Ее достоинство прикрыто самым прекрасным лоскутным одеялом из всех, что я когда-либо видел. Итак, я опускаюсь. Главное – не дышать носом, когда приближаешься. Все усложняет тот факт, что освещение в комнате ужасное. Заняв удобную позицию, я развожу ее половые губы (складки кожи по обеим сторонам от входа во влагалище) и ввожу смазанное зеркало в вагину. Половина моего тела находится на кровати Элси, а половина – на полу. Наклонив голову под углом 90 градусов, я стараюсь рассмотреть шейку матки и анатомию влагалища. В комнате довольно темно, но я не вижу ничего подозрительного. Ни крови, ни выделений, ни опухолей. Я порываюсь попросить сиделку посветить фонариком моего телефона, чтобы было лучше видно, но понимаю, что это может быть истолковано неправильно. Кроме того, поскольку обе мои руки заняты, ей придется доставать телефон из переднего кармана моих брюк. Боюсь, что я могу дать слишком много поводов для скандальных газетных заголовков.

Убедившись, что для 99 лет на земле это влагалище выглядит абсолютно нормально, извлекаю зеркало и осторожно помогаю Элси одеться и лечь удобно. Она прекрасно вела себя в течение осмотра и лишь сказала, что было «немного щекотно». Очень сомневаюсь. Я объясняю ей, что не заметил ничего подозрительного, и мы договариваемся наблюдать и ждать. На этом этапе дальнейшее обследование не требуется. Мы оба считаем, что в 99 лет некоторым проблемам лучше оставаться недиагностированными. Элси говорит, что, даже если у нее рак, не стоит знать об этом. Она уже не в том возрасте. Я уважаю ее позицию. В 99 лет рак ее переживет (скорее всего, она скончается от короткой острой болезни или старости).

Она предлагает мне чашку чая, и я с удовольствием соглашаюсь. Мы сидим вместе 10 минут, разговаривая о ее работе во время войны, о покойном муже Стэнли, чью фотографию она целует перед сном каждую ночь, и о том, что ей так и не удалось стать матерью. Я показываю фотографию Элис и Уильяма. Она светится от радости и обнимает меня, чтобы поздравить. Меня переполняют гордость за свою семью и тепло, исходящее от этой женщины. Именно поэтому мне нравится быть терапевтом, а именно моим типом терапевта. Вряд ли работа многих людей начинается с вагинального осмотра и заканчивается наблюдением за тем, как великолепная женщина, которой скоро исполнится 100 лет, искренне радуется, что кто-то заинтересовался ее жизнью. Жизнью, которая точно принесла ей много радости.

> В 99 лет некоторым проблемам лучше оставаться недиагностированными.

Я думаю об Элис и Уильяме по пути в клинику. Наша совместная жизнь лежит впереди. Слезы счастья наполняют мои глаза.

Среда, 26 сентября (22:50)

Я кладу четыре педиатрических (детских) термометра на прилавок аптеки. Кассир смотрит на меня и спрашивает, какой из них я хочу купить. Я улыбаюсь, понимая, как прозвучит мой ответ.

«Все».

Мой тон говорит о том, что это и так очевидно. Какой молодец! Чего только не сделаешь ради любви. Пробивая термометры, кассир рекомендует мне обратиться к врачу, если я так переживаю за своего сына. Я киваю, достаю кредитную карту и говорю: «Я и есть врач». Видеть его снисходительную улыбку все равно что удариться костяшками о гравий. Мне хочется сказать, что я не переживаю, но вместо этого я продолжаю молчать, прекрасно понимая, что мои

слова никак не вяжутся с тем, что я сейчас делаю в этой круглосуточной аптеке.

Еще час назад мы с Элис сидели на диване и наслаждались серией «Игры престолов». Уильям спал в колыбели, а рядом с ним лежала жуткая светящаяся овечка, имитирующая звуки матки (они должны успокаивать Уильяма). Дождаться не могу, когда у нее сядут батарейки. Затем Элис решила, что Уильям кажется горячим. В ту минуту приятному вечеру пришел конец. Битве Джона Сноу с Белым ходоком (и моему пиву) пришлось подождать. Это правда, что из-за любви ты готов делать то, что не сделал бы при иных обстоятельствах. Поэтому, когда Элис начала переживать, что у Уильяма температура, я пошел в ближайшую аптеку. Хотя я сказал: «Без проблем, любимая», мой внутренний голос кричал: «Ты что, издеваешься?»

> В аптеке кассир порекомендовал мне обратиться к врачу, если я так переживаю за своего сына.

Вернувшись, я театрально раскрываю рюкзак и вываливаю на кухонный стол все четыре термометра, предлагая Элис выбрать тот, что ей больше понравится. Элис рассматривает все варианты. У нас есть термометр для измерения температуры в подмышечной впадине, на лбу, в ухе и инфракрасный (самый крутой). Уильям спокойно лежит и выглядит абсолютно здоровым. Все четыре термометра подтверждают, что он не просто выглядит так: у него абсолютно нормальная температура. Продолжать смотреть сериал уже поздно, поэтому я убираю термометры и иду в кровать вместе с Элис. Нам предстоит очередной ночной цикл, состоящий из кормления, сна и смены подгузников.

Я же говорил – любовь!

Четверг, 27 сентября

Это не любовь, а жестокость, ревность и трусость. Я еще не встречал мужа Натальи, но я уже знаю, что он мерзавец. Вместе с моей коллегой Сарой мы осторожно осматриваем и фотографируем ее синяки. Атмосфера в комнате тихая, холодная, неловкая. Мне тяжело оставаться профессионалом, когда Наталья говорит, что в этот раз он не хотел, чтобы так получилось. У меня внутри все сжимается от того, что она только сегодня набралась смелости рассказать о насилии, которое продолжается уже три года. Мы, сотрудники клиники, понятия о нем не имели.

Теперь, когда осмотр завершен, я приглашаю Наталью сесть и отпускаю Сару на ее прием. Наталье всего 28 лет. Она приехала в Великобританию по визе мужа. Разумеется, он знает об этом, и это главная причина, по которой она продолжает жить с ним. Она боится, что ее вынудят уехать и она потеряет своего шестилетнего сына Итана. Я говорю, что она проявила невероятную храбрость, придя сюда, и должна гордиться этим шагом. Консультация длится уже более 20 минут. Почти 30 минут. Однако это не имеет значения, потому что женщине нужны время и поддержка, которые ей не сможет обеспечить рутинное измерение давления, осмотр ушей или продление больничного. Продлить консультацию – мое решение. Хотя наш день разбит на 10-минутные отрезки, этого времени хватает не каждому пациенту.

Наталья не хочет обращаться в полицию. Я тихо вздыхаю. Оказывается, что ее мерзавец-муж – прекрасный отец. Я не могу представить себе мужчину, который избивает жену, но, несмотря на это, является хорошим отцом. Она отказывается признавать очевидное, что вполне понятно. Она не видит нефильтрованную правду за пределами своего взгляда на мир, который приняла с единственной целью – защитить сына и не лишить его возможностей, открывающихся в Великобритании. Я знаю, что нам предстоит неприятный разговор, и снова спрашиваю об Итане. У меня сердце уходит в пятки, когда я слышу ответ, пронзающий воздух в кабинете. Да, он видел, как папа бьет маму. Я думаю об

Уильяме и Элис. Работая в отделении неотложной помощи, я слышал много историй о домашнем насилии, но, когда мы обсуждаем настолько страшные вещи в спокойной обстановке кабинета, мне становится не по себе. В отделении неотложной помощи всегда атмосфера срочности и опасности. В кабинете терапевта такого нет. Темп работы здесь гораздо медленнее.

Наталья не думает, что Итан многое понимает в происходящем. Я с ней не согласен: в шесть лет он знает достаточно. Я осторожно придвигаю к ней свой стул и мягко начинаю объяснять, что вынужден проинформировать службу защиты детей. Наталья взрывается, и в этом нет ничего удивительного. Она вскакивает и, обхватив руками виски (при этом становятся видны синяки на ее предплечьях), начинает говорить, что я не могу так поступить, потому что она потеряет Итана. Он (ее мерзавец-муж) обязательно все узнает. К сожалению, это не обсуждается. Я говорю, что у меня есть профессиональные обязанности, и я не могу нарушать закон, поскольку в данную ситуацию вовлечен ребенок. Он не должен смотреть на это. Суровая правда в том, что Наталья может оставить все как есть и не обращаться в полицию, но перед Итаном такой выбор не стоит. В шесть лет он просто неспособен его сделать.

Наталья стоит и смотрит на меня как на предателя. Но я не вступаю в спор. Наоборот, позволяю ей доминировать и ничего не говорю. Проходит много времени, и она наконец садится напротив меня. Я осознаю, что научился чувствовать себя комфортно в некомфортных ситуациях, и я считаю, что это необходимо, если вы собираетесь работать терапевтом долгие годы. В противном случае вам не удастся избежать душевной усталости. В данной ситуации естественный порыв – сказать, что мне очень жаль. И мне хочется это сделать, потому что я тоже человек. Однако подобные слова свидетельствуют о том, что я собираюсь причинить ей вред, а это не так: я хочу лишь предотвратить его. Все это так сложно, но в данной ситуации – единственное правильное решение. Я должен сказать правду, даже если она жестока. Дерьмо, покрытое сахарной

глазурью, все равно остается дерьмом. И люди жуют его, потому что путают внешний вид и вкус.

В кабинете терапевта темп работы гораздо медленнее, если сравнивать с отделением неотложной помощи.

Я чувствую, как невообразимая смесь эмоций, которую испытывает Наталья, начинает ослабевать. Думаю, она напугана. Она в ужасе. Теперь, когда консультация снова вошла в спокойное русло, я спрашиваю, хочет ли она поговорить с женщиной из местной некоммерческой организации, помогающей жертвам домашнего насилия. Я уже работал с ней раньше, и она не против, когда я рассказываю другим, что когда-то и она была в таком же положении, как Наталья. Теперь она помогает другим. Думаю, это прекрасная мотивация. Наталья тихо кивает. Я восстанавливаю мостик между нами. Я объясняю, что эта женщина может встретиться с Натальей где угодно, в том числе в нашей клинике под предлогом обычной консультации терапевта. Никому не нужно об этом знать. Наталья может связаться с ней через меня, и в таком случае ее муж не только ни о чем не узнает, но и не будет иметь никакого права выспрашивать, что она делала на конфиденциальной консультации у терапевта.

Мерзавец.

Она соглашается. Я медленно откидываюсь на спинку кресла. Я изможден, но чувствую облегчение. Ей удалось сделать следующий шаг. Следующие 10 минут мы обсуждаем другие вопросы, начиная от правил поведения во время семейного кризиса и заканчивая тем, что произойдет в службе защиты детей. Теперь Наталья чуть лучше понимает, почему это необходимо, и я убеждаю ее, что сотрудники службы сохранят тайну, окажут поддержку и помогут обратиться в другие организации. Еще я записываю ее к себе на прием на ближайшее время. После этого она возвращается домой.

К своему мучителю.

Я закрываю дверь и падаю на кресло. У меня не осталось эмоций.

Пятница, 28 сентября

«Либо Свинка Пеппа, либо ничего!» – твердо говорю я. Изабель сидит на стуле, скрестив тонюсенькие ножки, не достающие до пола. Маленький размер, большая личность. Я театрально вздыхаю, поднимаю руки и обещаю, что к нашей следующей встрече успею запастись наклейками с Эльзой. Ее мама смотрит на меня, недовольная затянувшимися переговорами, продолжающимися уже пятую минуту. Она теребит ключи от машины – ненавязчивый, но понятный сигнал к тому, чтобы я поторопился. Кивнув ей и снова повернувшись к Изабель, я понимаю, что меня ждет битва. Теперь ее руки скрещены еще плотнее. Я нагибаюсь к ней и говорю: «А ты знаешь, что Эльза очень похожа на Свинку Пеппу?»

Да, ей всего шесть, но выражение лица явно говорит о том, что мне не удастся ее провести. Однако попытаться стоило. Блин! Я отправляю СРОЧНОЕ сообщение всему персоналу клиники: «У КОГО-НИБУДЬ ЕСТЬ НАКЛЕЙКИ С ЭЛЬЗОЙ? ОЧЕНЬ НУЖНЫ. С УВАЖЕНИЕМ, МАКС». Другие терапевты отшучиваются и ничем мне не помогают. Сволочи! Наконец медсестра Пэт отвечает, что у нее есть несколько.

Я вскакиваю со стула и прошу Изабель подождать еще секунду. Затем я слетаю по лестнице через ступеньку, подбегаю к регистратуре, хватаю пожертвованные мне наклейки и мчусь обратно в свой кабинет. Я даю наклейки Изабель. Она пристально смотрит на них и наконец тыкает пальцем.

«Вот эту!» – командует она.

Я аккуратно отклеиваю ее и приклеиваю на четко указанное место на джемпере – девочка кивает. Молчаливое одобрение. После этого она соскальзывает со стула, приземляется на подошвы крошечных туфелек, кричит «спасибо» и выходит из кабинета вместе с мамой. Я продолжаю стоять, все еще сжимая в руках с трудом добытый лист с наклейками, на котором теперь не хватает одной принцессы Эльзы.

Я сажусь за компьютер, чтобы заполнить медицинскую карту, и мне требуется несколько секунд, чтобы вспомнить, зачем вообще приходила Изабель. Некоторые консультации запоминаются чем угодно, кроме медицины. В этом прелесть моей работы. Изабель привели ко мне из-за обычного кашля (вероятно, у нее было вирусное заболевание), но ее первая консультация навсегда запомнится мне наклейками.

Просто наклейками.

Суббота, 29 сентября (16:13)

Летящие на пламя мотыльки – это единственное описание, которое я могу придумать для происходящего в выходные. Гости на свадьбе (некоторых из них я знаю, но большинство никогда раньше не видел), до этого стоявшие в саду великолепного замка, начинают приближаться к Уильяму. Одни идут к нему решительно, другие же делают это более деликатно, словно они здесь случайно. При этом он практически ничего не делает: просто сидит в закрепленном на мне слинге, словно маленькая скучная моль, и прижимается головой к моей рубашке.

Думаю, он привлекает присутствующих тем, что является самым маленьким гостем на свадьбе. Более того, он проспал всю церемонию (в отличие от четырех других детей, закативших истерику, к моему большому удовольствию). В чем наш секрет? Просто мы с Элис решили заполнить ребенка молоком до предела, чтобы он вырубился. Идеально! Следующие несколько недель я буду делиться этим случайно обнаруженным способом с родителями всех младенцев, приходящими ко мне на прием. Думая так, я улыбаюсь. Кто бы мог подумать, что родительство начнет приносить плоды так быстро?

Я продолжаю бродить с Уильямом по саду, и движение гостей в нашу сторону не прекращается. Хотя не люблю стереотипы, к нему подходит гораздо больше женщин, чем мужчин. Уильям, сынок, если бы я не был женат, ты стал бы прекрасной приманкой для дам. Даже

лучше, чем собака, которую я однажды взял на выходные (должен заметить, это было до Элис). Я делаю глоток шампанского и стараюсь отогнать от себя мысли, от которых мне вдруг стало некомфортно. Что касается мужчин, то их подводят к нам вторые половины. Думаю, на свадьбах так всегда бывает, ведь свадьбы гипертрофируют теплые чувства, связанные с любовью и продолжением рода.

Новорожденный ребенок – это сладкая эмоциональная глазурь на свадебном торте.

Суббота, 29 сентября (22:05)

Уильям был потрясающим цирковым пони последние шесть часов на свадьбе. Он зевал, немного плакал, много смотрел по сторонам, спал, сидел (точнее, висел на мне), абсолютно ничего не делая, и много, очень много какал. Все это немало забавляло сюсюкающихся с ним гостей. Мы с Элис присматривали за ним по очереди (пока второй бежал танцевать и вспоминать забытую бездетную жизнь), а теперь мы совсем без сил. Мы измождены. Быть на свадьбе с трехнедельным малышом – тяжелая работа.

Я сравниваю меня и Элис с утками. Со стороны казалось, что мы с легкостью скользили по этой свадьбе. Наши беззаботные лица словно говорили: «Ребенок? Какой ребенок? С ним так легко!» В действительности мы безостановочно гребли ластами под водой, чтобы оставаться на плаву. Поэтому, когда по пути домой мы устало замолчали, Уильям устроил полностью заслуженную истерику, а машина сломалась, я нисколько не удивился. За идеальный день всегда приходится платить.

Вот и карма.

Думаю, проблема в инжекторе. Скорость автомобиля за секунду падает с 90 километров в час до 9. До отеля осталось всего полтора километра. Я решаю дилемму в своей голове: ни за что не оставлю Элис и Уильяма сидеть в машине, когда цель уже близко. Уильям продолжает плакать. Не обращая на него внимания, пытаюсь сосредоточиться. Мы решаем попробовать преодолеть оставшиеся

полтора километра на скорости девять километров в час. Элис показывает рукой всем машинам позади нас, чтобы они шли на обгон (в этом нет ничего удивительного, учитывая нашу скорость), и я включаю «аварийку». Преодолев бесконечные полтора километра, въезжаем на парковку отеля, обмениваемся взглядами, пока Уильям продолжает истерично вопить, и улыбаемся друг другу.

«Молодец, любимый».

За идеальный день всегда приходится платить.

Быстрый поцелуй. Я чувствую, что выполнил свой долг. Хотя я все еще изможден, мне стало гораздо легче.

Элис забирает Уильяма, чтобы с комфортом покормить его грудью и уложить спать, а я разбираю огромную сумку с детскими вещами, которую мы теперь везде возим с собой. Поскольку сегодня чудесная ночь, я ненадолго облокачиваюсь на машину и любуюсь ночным небом. Мне нужно позвонить в страховую компанию. По идее, я сейчас должен быть разъяренным и обиженным на жизнь, но я ничего такого не чувствую. Эти эмоции испытывал бы старый я, существовавший до рождения Уильяма. Вместо этого я чувствую облегчение и радость от того, что моя маленькая семья теперь в безопасности. Это единственное, что имеет значение.

Как изменилась моя жизнь!

Флешбэк: как я стал терапевтом

Не нужно думать, что я однажды проснулся и понял, что хочу стать терапевтом. Все было далеко не так. На самом деле, когда подобная мысль посещала меня в первые годы обучения в медицинской школе, она казалась мне невероятно скучной и слишком сентиментальной. Кроме того, она совершенно не соответствовала представлению мамы обо мне. Когда я объявил о своем желании стать врачом, она воскликнула: «Но Макс, ты ведь не любишь людей!»

Спасибо, мама.

На самом деле мне хотелось стать врачом ради драмы, активных действий и крови. Мне казалось, что, став терапевтом, я не получу ничего из этого. Как бы то ни было, я начал обучение. Сначала я шесть лет учился в медицинской школе, а после окончания два года работал младшим врачом в нескольких больницах[13]. Это было еще до того, как я определился со специальностью. На самом деле все эти годы учат работать врачом. А еще не убивать людей по чистой случайности. В то время я только окончил медицинскую школу и, хотя формально считался врачом, был жутко неопытным (и напуганным). Однако именно в те годы, когда я каждые четыре месяца пробовал себя в новой специальности, во мне стали прорастать семена терапии, хотя я этого и не осознавал. Я начал избавляться от чувства, что общая медицина – маловероятный для меня вариант.

Далее я расскажу не о моментах, посеявших эти семена (что было бы довольно скучно). Вместо этого я бы хотел поделиться с вами моментами начала моей карьеры терапевта, которые позволили лучше понять себя как человека. Их сопровождают некоторые неожиданные напоминания о жизни, которые я получил на этом пути. Я намеренно использую слово «напоминания». В конце

концов, это не поразительные открытия, а то, что мы и так все знаем. Просто иногда нам всем требуется именно маленькое напоминание.

Напоминание 1: Все (обычно) не так плохо, как вам кажется.

Статус: Канун моего первого дня в качестве младшего врача.

Я таращусь на свою рубашку. Она жутко мятая. Это моя третья попытка ее отутюжить. Неужели я сделал только хуже? Я в заднице, причем полной. Завтра наверняка убью кучу людей. На протяжении следующих нескольких недель обо мне будут кричать все газеты.

Врач, неспособный отгладить рубашку даже после трех попыток, убивает множество пациентов.

Напоминание 2: Когда вы на дне, мыслите позитивно. Единственный путь – наверх.

Статус: Первый год работы. Общая хирургия.

Я уверен, что пахнет дерьмом. Мы с другими восемью младшими врачами, совсем еще зелеными, стоим в зоне ожидания для амбулаторных пациентов и ждем нашего босса, одного из хирургов-консультантов. Я снова и снова осматриваюсь по сторонам, потому что это единственное занятие в звенящей тишине. Я ненавижу эту громкую, ощутимую тишину. Сложно сказать, почему здесь так пахнет. Возможно, один из моих коллег обделался от страха, а быть может, дело в том, что мы находимся в отделении колоректальной хирургии (хирургия заднего прохода и кишечника). Я хочу сузить круг подозреваемых и вынюхать, кто из младших врачей является виновником зловония, но мне приходится отложить этот план. Мистер Торнтон-Кокс, чей рост позволяет ему получить официальный статус пигмея, – это нечто.

«Запомните, что дерьмо катится вниз».

Вот так. Это первая фраза, услышанная мной в статусе квалифицированного врача из уст моего первого начальника. Если он – вершина холма, то дерьму не придется долго катиться до меня. Кошмар начинается.

Напоминание 3: Главное – это вера в себя, поэтому настаивай на своем.

Статус: Первый год работы. Общая хирургия.

Медсестра Тифф смотрит на меня с недоверием: «Вы сказали, что она была мертва?» Я аккуратно кладу свою папку на стойку сестринского поста и думаю, как, черт возьми, мне выйти из этого положения.

«Да», – отвечаю я неуверенно.

Я ненавижу дежурства в выходные. Ты бегаешь по палатам хирургического отделения 12 часов без перерыва, и вам с бригадой других врачей приходится вычищать все дерьмо, оставшееся после прошедшей рабочей недели. В данном случае таким дерьмом стало мое утверждение о смерти миссис Хиггинс. Всего час назад я констатировал ее смерть, после того как провел полный осмотр: зрачки были неподвижными и расширенными, на сонной артерии не было пульса, сердцебиение не прослушивалось, и дыхания не было три минуты (кроме того, я осуществил и другие действия, чтобы проверить, не спит ли она, потому что такое случается). В данном случае смерть была ожидаема, поскольку ее состояние, к сожалению, ухудшилось за последние сорок восемь часов.

У меня сводит желудок. Я уже позвонил ее родственникам и обо всем сообщил. Медсестра продолжает стоять, опустив нос и подняв брови. Думаю, этим она хочет сказать, что я полный придурок. Вдруг я понимаю, что из-за усталости я забыл спросить, почему Тифф считает, что миссис Хиггинс не мертва.

«Простыня шевелится».

Я стою и жду, что она предоставит мне и другие доказательства. Например, скажет, что пациентка позвонила в колокольчик и попросила принести ей чашку чая. Нет. Просто шевелящаяся простыня. Я заглядываю в палату, где лежит предположительно живая миссис Хиггинс. Поскольку уже 22:30, в отделении довольно тихо. Я говорю «довольно тихо», потому что точно слышу что-то. Негромкое жужжание. И оно раздается в районе койки миссис Хиггинс, которую теперь скрывает занавеска. Словно в малобюджетном фильме ужасов, я медленно подхожу ближе и

заглядываю за занавеску. Я делаю так, чтобы жужжание прекратилось. Затем я возвращаюсь на сестринский пост и говорю Тифф, что, хотя миссис Хиггинс мертва, вентилятор у ее постели еще жив.

Напоминание 4: Соблюдайте порядок клевания.

Статус: Первый год работы. Отделение реанимации.

Теперь я работаю врачом в отделении реанимации. Это смешно по многим причинам. На самом деле, поскольку это мой первый год, я являюсь кем-то вроде секретаря врача-реаниматолога и следующие четыре месяца должен повсюду ходить за ним, делать записи и наблюдать за рок-звездами медицинского мира. Я говорю так, потому что реаниматологи работают с самыми больными и сложными пациентами в больнице. Это означает, что они не просто обладают впечатляющим объемом знаний и навыков, но и могут применять их под давлением. Делая это, они выглядят очень круто. Как я уже сказал, они настоящие рок-звезды. Что касается меня, то я не могу даже правильно назвать половину процедур, которые они проводят.

Напоминание 5: Когда вам станет страшно, достаньте свои взрослые штаны и наденьте их.

Статус: Первый год работы. Гериатрия[14].

Смерть сегодня особенно активна. Три пациента умерло за последние сутки в гериатрическом отделении, где я теперь работаю. Может, его следует называть «зал ожидания встречи с Богом»? На часах 08:05, пришлось отложить начало утреннего обхода (мне сказали, что консультант подойдет только к 10:00), поэтому сейчас я пытаюсь связаться с родственниками мистера Джозефа, последнего пациента, который выписался из нашей больницы навсегда.

Из его карты я узнаю, что ночная дежурная бригада провела последнюю попытку реанимации в 07:39, то есть за 21 минуту до того, как я вошел в отделение. Это была фатальная остановка сердца. Было бы лучше, если бы с родственниками поговорил кто-то из его постоянных врачей. Как мило с их стороны подумать обо мне. Пока в

трубке продолжают раздаваться гудки, я облокачиваюсь на стойку сестринского поста и пристально смотрю на двери нашего отделения. Мой мозг еще не успел разогреться и сосредоточен на монотонности гудков и мыслях о том, что до обеда еще кто-то может умереть. Я не смотрю на что-то конкретное, но вдруг замечаю в прозрачных дверях отделения движение. Оно достаточно активно, чтобы незамедлительно вывести меня из телефонного транса. Я снова фокусируюсь на двери. Черт! 10 явно недовольных людей стучат в нее.

Не отрывая от них глаз, я кладу телефонную трубку, прекрасно понимая, что родственники мистера Джозефа не отвечают, так как они заняты стуком в дверь отделения. Теперь я жалею, что съел дополнительную порцию хлопьев. Старшая медсестра Шелия говорит мне не открывать дверь, поскольку родственники еще не знают о смерти мистера Джозефа. Умалчивая тот факт, что они, похоже, обо всем уже догадались, я объясняю Шелии, как странно им не открыть. Открыв же дверь, я понимаю, какие чувства испытывают люди во время энсьерро[15] в Памплоне. Все 10 человек проносятся мимо меня в палату мистера Джозефа, и теперь там раздаются звуки отчаяния, горя и осознания случившегося.

Мне бы хотелось игнорировать такие дни, как сегодня, и прятаться под теплым одеялом у себя дома, но, похоже, пришло время стать настоящим врачом. То, что я постепенно начинаю осознавать, касается не только медицины, но имеет отношение к коммуникации с другими людьми. Я, страшно напуганный, стою у закрытой занавеской койки. «Очень сочувствую вашей потере», – вылетает из моего рта. Ко мне поворачивается десяток лиц, а одно из них поворачивается полностью. Его обладатель говорит то, что мне действительно важно знать: он брат мистера Джозефа по имени Сэмюэл и, что самое важное, его ближайший родственник.

Несмотря на громкие протесты других родственников, которые тоже хотят получить всю информацию, Сэмюэл соглашается выйти из толпы, чтобы я мог ему первому объяснить, что произошло. Я

усаживаю его, наливаю чашку чая и все объясняю еще и еще раз. Затем проверяю, все ли он понял (а он действительно понял). Потом я позволяю ему вернуться к остальным родственникам и рассказать, что произошло. Хотя я на этой работе совсем недавно, даже я понимаю, что это не моя задача – объяснять все родственникам. Кроме того, это не лучший способ передавать информацию. Оставляю семью наедине с горем и прошу Шелию и других медсестер предоставить им немного места. После этого я возвращаюсь к другим делам в отделении.

> Пришло время стать настоящим врачом и перестать игнорировать неприятные рабочие моменты.

Через час, когда все начинают расходиться, Сэмюэл подходит ко мне и делает нечто неожиданное: он благодарит меня. Я пожимаю ему руку и желаю всего доброго. Потом я просто сажусь и глазею на свои руки. Теперь мне кажется глупым, но я действительно помню, как в тот день меня переполняли восторг и чувство цели. На часах нет еще и 10:30, а этот день уже мне запомнился.

Напоминание 6: Иногда люди будут пытаться на тебе ездить.

Статус: Второй год работы. Отделение неотложной помощи.

Как бы мне хотелось, чтобы Терри заткнулся. Никто, абсолютно никто не хочет его слушать. Ни персонал отделения неотложной помощи, ни другие пациенты, ни я, хотя он мой пациент. Проработав в отделении неотложной помощи месяц, я понимаю, насколько хаотичным оно выглядит со стороны: персонал бегает, люди кричат, бесконечные аппараты пищат, из-за искусственного света и отсутствия окон день не отличается от ночи, а больные люди толпятся, потому что их негде разместить. И это действительно так. Однако я сейчас не бегаю, а сижу на сестринском посту и старательно пытаюсь игнорировать тот факт, что мой следующий пациент – это крикливое существо с 12-й койки по имени Терри.

Сейчас суббота, 02:00, и до конца смены еще очень долго. К сожалению, это означает, что я не могу дальше откладывать встречу с Терри. Я раскрываю занавески над 12-й койкой. Терри ходит вокруг нее и без перерыва бьет по правому уху.

«У меня в ухе гребаный паук!»

Я киваю, думая, что меня бы это тоже расстроило. Узнав у него еще несколько клинических деталей (должен отметить, весьма размытых), я убеждаю человека-паука, что мы непременно достанем насекомое. Через долю секунды после того, как я отошел, Терри снова начал кричать: «Сделайте это поскорее! Он внутри моего черепа, мать вашу!» Его ор наполняет затихшее отделение неотложной помощи. Я беру длинный пинцет с тележки с инструментами и думаю, стоит ли заставить его подождать подольше в качестве наказания за его невыносимое стремление взять все под контроль. На этот вопрос мне помогают ответить медсестры на посту, которые, словно сговорившись, в унисон скрестили руки.

Когда я возвращаюсь к его койке, Терри окончательно выходит из себя. Он уже не слышит меня, поэтому мне приходится кричать, чтобы он сел и дал мне ему помочь. Детское поведение требует родительского подхода. Теперь, когда Терри сидит на койке, я оттягиваю его правую ушную раковину и, включив позади себя точечный свет, заглядываю в его жесткое проколотое ухо. Я задерживаю дыхание и приглядываюсь еще старательнее.

Ну и козел же ты, Терри.

Пауки, похоже, эволюционировали и стали выглядеть как комки кокаина, завернутые в пищевую пленку. Пытаясь подцепить и вытащить наркотики, спрятанные в ухе этого придурка, я спрашиваю, знает ли он, какие пауки его беспокоили. Я добавляю, что эти пауки гораздо, гораздо опаснее тех, о которых он говорил сначала. Терри молчит.

Само собой, он молчит.

Захватив пинцетом кокаин, я медленно его вытаскиваю, стараясь не повредить пленку, и даю ушному каналу Терри насладиться

субботней ночью. Меня не может не впечатлить скорость, с которой разворачиваются события дальше. Когда я достаю комок кокаина, Терри оживает, выхватывает его из испачканного серой пинцета и выбегает из отделения. Заполняя медицинскую карту, я гадаю, знали ли создатели отделений неотложной помощи, что их заполнят Терри этого мира.

Детское поведение требует родительского подхода.

Что ж, хорошего вечера, Терри. Я уверен, ты получишь от него удовольствие.

Напоминание 7: Никогда не выходи из дома без чувства юмора.

Статус: Второй год работы. Отделение неотложной помощи.

Только что поставил мочевой катетер 78-летней пациентке с подозрением на сепсис – серьезную и опасную инфекцию, которая распространилась из грудной клетки в кровеносное русло. Мы находимся в реанимационной зоне, области отделения неотложной помощи, где врачи стабилизируют состояние критически больных пациентов. Ее еще называют «зона избегания смерти». В медицине есть вещи, к которым вас не подготовят в ходе обучения. Я только что узнал очередную из них: когда вы вводите тонкую резиновую трубку в уретру (отверстие в нескольких миллиметрах к северу от влагалища) пожилой дамы, вы никак не ожидаете, что она, хихикая, скажет: «Мужчина не заглядывал туда целую вечность!» Я не смог заставить себя ответить ей. Во-первых, я затаил дыхание, а во-вторых, хотел отпустить совершенно неуместную шутку о том, что у меня почасовой тариф, но вовремя вспомнил, что за спиной стоит мой начальник. Однако столь боевой дух просто невозможно не полюбить!

Напоминание 8: Командная работа, шутки и сахар – вот рецепт достижения успеха в любой ситуации.

Статус: Второй год работы. Общая медицина.

Дежурства в выходные дни могут быть весьма захватывающими и драматичными. Я сижу на коробке с невзрачными папками в тесном крошечном кабинете отделения неотложной помощи. На улице льет дождь, и серый мрак приникает в палаты и коридоры. Идеальная суббота для работы в больнице.

В нашей больнице. С нашими пациентами. И с нашей ответственностью.

В кабинете находятся две бригады. Врачи ночной смены, которые выглядят то ли мертвыми, то ли спящими, и свежие болтливые врачи дневной смены, в том числе я. Наша задача предельно проста: сохранить за выходные жизнь максимальному числу пациентов до утра понедельника, когда их проблемами будут заниматься уже другие люди. Знаете, каков ключ к успеху? Хорошая яичница с мясом, жевательные мармеладки, шутки и неограниченное количество кофеина.

Когда ночная смена начинает передавать нам дела, я смотрю на три листа А4, на которых проставлены номера от 1 до 30. Моя ручка парит над бумагой в готовности записать подробности о пациентах, задачи и приоритеты. Как всегда, все эти пункты заполняются быстро.

1. Пять анализов на газы артериальной крови.

2. Повторно назначить фуросемид семи пациентам, когда будут готовы результаты анализов.

3. Переписать 10 списков лекарств.

4. Связаться с четырьмя бригадами специалистов в более крупных больницах.

5. Встретиться с разъяренными родственниками в 14:00 (это всегда интересно).

6. Поговорить о паллиативной помощи с родственниками пациентов, жизнь которых близка к завершению.

7. Сделать 11 анализов крови (и изучить результаты).

8. Обследовать трех пациентов в тяжелом состоянии (ночная смена не успела это сделать).

9. Заменить мочевые катетеры двум пациентам с увеличенной простатой (медсестры не могут это делать).

10. Осмотреть еще пять пациентов, о которых нам написали на пейджер, пока мы составляли список задач.

11. Выполнить другие дела, которые появятся в течение дня.

12. Последнее, но самое важное: оказать помощь пациенту с остановкой сердца из палаты напротив, о котором нам только что сообщили по пейджеру.

(Собрание быстро завершается.)

* * *

Те два года предоставили мне много времени для размышлений, и, когда они завершились, мне нужно было определиться с выбором специальности. К концу срока я нашел для себя ответ: мне хотелось строить карьеру терапевта. Это был результат сочетания моих интуитивных предчувствий. Предчувствий, которые, вероятно, были очень сильны, если учесть, что до этого я ни разу не ступал на территорию клиники в качестве терапевта.

> Врачи ночной смены обычно кажутся то ли мертвыми, то ли спящими.

Этим путем я и пошел, посвятив еще три года обучению терапии. Первые два года я каждые шесть месяцев обучался разным специальностям, а в течение третьего года работал только терапевтом в клинике. Последний год был необходим для того, чтобы я смог систематизировать навыки и убедиться, что я действительно могу работать терапевтом. За эти три года было множество незабываемых моментов. Моментов, которые многое напомнили мне о жизни и о том, как я хочу ее провести.

Напоминание 9: Пока не добился результата, притворяйся, что это уже произошло.

Статус: Первый год обучения. Педиатрия.

Когда хирург подносит скальпель к коже миссис Бленхайм, чтобы провести кесарево сечение, пациентка начинает осматривать оживленную операционную, ища успокоения в лицах опытных профессионалов вокруг себя. Ее взгляд останавливается на мне, дежурном педиатре, стоящем рядом с реанимационным местом для новорожденных. Педиатры присутствуют на большинстве кесаревых сечений, проводимых в нашей больнице, поскольку они принимают новорожденного и кладут его на маленький стол, оснащенный согревающей лампой, а также таким оборудованием, как кислородные маски (очевидно, совсем крошечные) и аспираторы. Когда миссис Бленхайм встречается со мной взглядом, я обнадеживающе ей улыбаюсь, однако внутри я ужасно напуган.

Все присутствующие знают, что я терапевт-стажер на педиатрической практике и что я хочу принять этого свеженького малыша из миссис Бленхайм. Однако они (и, конечно, миссис Бленхайм), возможно, не знают, что это первый младенец, которого мне предстоит принять. В сотый раз проверив оборудование под звуки разрезания живота миссис Бленхайм, я понимаю, что уже никогда не смогу вскрывать упаковку шарика моцареллы, как прежде. Я жду плача. Однако хирург извлекает что-то синее, мокрое и безжизненное. Не моргая, я наблюдаю за сценой, похожей на легендарную демонстрацию Симбы из «Короля Льва».

Он не плачет.

Мое сердце начинает биться в два раза чаще. Младенца передают мне.

Он не плачет.

Пожалуйста, плачь.

Не плачет.

Пожалуйста.

Тишина.

В первую очередь мне необходимо стимулировать дыхание этого мальчика путем растирания его теплыми полотенцами. До сих пор не могу понять, как сделать первый шаг. Не думаю, что я успел моргнуть, и я точно не выдыхал. Жесткий и искусственный свет, под которым он лежит, – полная противоположность младенцу. Я бросаю на пол полотенце, насквозь промокшее от амниотической жидкости, и начинаю растирать новорожденного новым сухим полотенцем.

Дыши, блин!

Пожалуйста! Господи, прошу!

Я смотрю на красный таймер передо мной: прошло уже 30 секунд. Я оцениваю тонус конечностей, дыхание, частоту сердечных сокращений. Все отсутствует. У меня ничего не получается. Я знаю, что меня поддерживает хирургическая бригада, но мне нужно, чтобы отец новорожденного не наблюдал за мной. Если его сын умрет, я не хочу, чтобы он это видел. Мне кажется, что время остановилось в этой операционной, где все с замиранием сердца ждут плача новорожденного.

Я помещаю его голову в нейтральную позицию и делаю в рот пять вдуваний через крошечную маску. На меня накатывает цунами облегчения. Он дышит. Я продолжаю стимуляцию, чтобы удостовериться, что все нормально. Он дышит. Я не могу оторвать от ребенка глаз. Он продолжает дышать. Он плачет.

Громко плачет!

Его сердце бьется, а мое запускается вновь. Младенец превращается из синего в розово-синего и, наконец, розового. Он продолжает дышать и плакать. Я тоже хочу разрыдаться, но беру себя в руки, заворачиваю новорожденного в чистые одеяла и отдаю акушерке. Она передает его сначала отцу, а затем матери. Все это напоминает какую-то странную эстафету. Пока миссис Бленхайм сшивают живот, они с мужем, новоиспеченные родители маленького мальчика, благодарят меня. Я улыбаюсь и говорю, что Макс – очень сильное имя. После этого я ухожу. Мои обязанности по растиранию детей на сегодня окончены.

Напоминание 10: Делай все возможное, чтобы защитить любовь.

Статус: Второй год обучения. Отделение неотложной помощи (снова).

Я бы хотел забрать их с собой домой, потому что таких, как они, больше не делают. Мистеру Ходбэг 80 лет, а миссис Ходбэг – 82 года. Сейчас, в час ночи в четверг, они лежат на койках в отделении неотложной помощи. Их обоих нашли лежащими на полу дома: мистер Ходбэг был на лестнице, а миссис Ходбэг – в ванной. Мне как врачу было бы странно брать только одного из них, поэтому я беру обоих. Я чувствую себя детективом. Мистер Ходбэг утверждает, что именно он упал первым. Это его вина, что миссис Ходбэг тоже упала, потому что она отправилась к нему на помощь в темноте, после того как услышала грохот.

Я киваю. Это кивок детектива, который ничего не упускает. Я оставляю мистера Ходбэга на третьей койке и направляюсь к миссис Ходбэг, лежащей на десятой койке, чтобы услышать ее версию событий. Естественно, миссис Ходбэг говорит, что это она упала первая. Это ее вина, что мистер Ходбэг упал, потому что он отправился к ней на помощь в темноте, после того как услышал грохот. Каждый все время спрашивает, как дела у второго. Они женаты шестьдесят один год и ни дня не провели порознь. Уважительные. Добрые. Любящие. Мне жаль, что миссис Ходбэг лежит между пьяницей на девятой койке и молодым придурком на одиннадцатой. Последний всего лишь поцарапал руку, но визжит, чтобы ему вкололи морфин. Это неправильно, но, к сожалению, все остальные койки заняты. Я стою с двумя картами в руках. Две разные истории, но, как сказал Боб Марли, одна любовь. Затем я понимаю, что нужно сделать. Подойдя к мистеру Ходбэгу, поднимаю ручник на его койке на колесах и сдвигаю койку вбок. Я ухожу до того, как он успевает снова меня спросить о самочувствии миссис Ходбэг, и торопливо шагаю к десятой койке. Затем я похищаю миссис Ходбэг.

Медсестра Сэл спрашивает, что я задумал, когда я спокойно качу койку миссис Ходбэг.

«У нас перестановка».

Через пару минут я стою и восхищаюсь результатом своей работы. Справа лежит мистер Ходбэг, а слева – миссис Ходбэг, и теперь они держатся за руки. Мне придется меньше бегать от пациента к пациенту, а супруги смогут спрашивать о самочувствии друг друга, сколько их душе угодно. Я хочу помочь им как можно быстрее и сделать так, чтобы к завтраку они уже вернулись домой. Вместе.

Боб, вероятно, хотел бы этого.

Напоминание 11: Всегда старайся прояснить ситуацию.

Статус: Второй год обучения. Гериатрия.

Сообщать плохие новости всегда невесело, однако я понимаю, что научился делать это довольно успешно, и испытываю странное наслаждение, делая все правильно. Возможно, причина в высоком риске того, что дело может пойти не так, или в моем высокомерии, ведь мне кажется, что я справляюсь с этим лучше других.

Я сижу в тесном кабинете напротив трех братьев, единственных родственников моего пациента мистера Смита. Я собираюсь объяснить, что мы, врачи, считаем, что пришло время прекратить активное лечение и дать ему спокойно умереть. Но, разумеется, я не могу просто объявить это. Впервые сообщая плохие новости, я действовал осознанно и продуманно и, конечно, очень боялся. Сегодня все иначе. Я уверен в своем умении делать это правильно. Думаю, пациенты и родственники, получающие новость о том, что время на исходе, заслуживают уверенного врача.

Я уже сделал первый шаг и привел их к себе в тихий кабинет, отделенный от хаоса снаружи. Далее я должен понять, что им известно о состоянии брата. О'кей, они знают, что он нездоров. Ах, они уверены, что ему помогают антибиотики. Это не так. Я предлагаю сообщить им больше информации. Раньше такой шаг казался мне странным, но теперь я понимаю, что некоторые семьи ничего не хотят знать о том, что происходит с их близким человеком. Иногда это слишком тяжело для них. Кто-то, наоборот, хочет знать все, и, конечно, между двумя крайностями есть золотая

середина. По этой причине я и предлагаю им выслушать дополнительную информацию, а не просто сразу сообщаю ее.

Братья сидят напротив меня, и на их лицах отражается какофония эмоций. Они кивают, соглашаясь на более подробную информацию, и, наклонившись ко мне, ждут новостей. Я делаю предупредительный выстрел: «Боюсь, что новости о вашем брате не очень хорошие...» Я делаю паузу. Они не моргают. Я объясняю, что его инфекция усугубилась, и что ночью ему потребовались дополнительные медицинские вмешательства. Скорее всего, он не доживет до конца дня. Я замолкаю. Тишина иногда является одной из самых тяжелых обстановок. Мы, люди, всегда стараемся заполнить ее. Однако тишина важна и нужна. Ее нужно научиться принимать.

Их головы опускаются, а из глаз катятся слезы. Они с любовью хлопают друг друга по плечам. Когда наступает подходящее время, мы подробнее обсуждаем его состояние, содержание моего разговора с бригадой отделения реанимации и причину, по которой дальнейшее лечение не имеет смысла. Я объясняю, что произойдет дальше. Все семьи реагируют на эти новости по-разному. Кто-то замолкает на целую вечность, кто-то благодарит, кто-то начинает тебя ненавидеть, а кто-то предъявляет обвинения. Все братья мистера Смита принимают новость и благодарят меня за то, что я им все объяснил. Мы еще раз все проговариваем и договариваемся о следующих шагах. Мы будем следить за тем, чтобы мистеру Смиту было комфортно, не больно и спокойно, и проинформируем специалистов по паллиативной помощи. Родственники могут пробыть у постели своего брата сколько угодно, ведь на данном этапе в часах посещений нет смысла. Больше никаких анализов крови, томографий, измерений давления и температуры. Теперь значение имеет только комфорт.

Прежде чем проводить их к постели брата, я предупреждаю, что он выглядит слабым и, возможно, не отреагирует на них. Но, что самое важное, он до сих пор слышит. Последнее дополнение имеет огромное значение. Я никогда не забуду, как мне сказали то же

самое, когда мой дедушка умирал. Понимание того, что он меня слышал, приносит мне большое облегчение. Наконец я провожаю их к постели брата, чтобы они могли провести последние бесценные часы вместе.

Тишина иногда является одной из самых тяжелых обстановок.

Напоминание 12: Когда жизнь становится тяжелой, отрасти толстую кожу.

Статус: Второй год обучения. Гериатрия.

Я был бы рад, если бы брат мистера Смита поставил огнетушитель на место. Как оказалось, средний брат по имени Саймон решил, что я вчера убил их брата. Он случайно столкнулся со мной в отделении, когда пришел за вещами мистера Смита. Как мне повезло! Я смотрю на других пациентов, которые сидят на койках (те, кто может это делать) и с открытым ртом наблюдают за сценой, происходящей у поста медсестер. Я обнадеживающе киваю им, но сегодня ночью они наверняка будут спать очень чутко.

В течение минуты он орет на меня, а я практически ничего не говорю, только стою с поднятыми руками, всей своей позой предлагая успокоиться, но он не соглашается. Саймон бросает огнетушитель на пол, еще раз называет меня «гребаный убийца» и выбегает из отделения. У Грейс, стажера-физиотерапевта, происходит нервный срыв, и она громко требует вызвать полицию. Более опытный член нашей команды, потрясающая медсестра Чарли, продолжая что-то печатать на клавиатуре, непринужденно спрашивает, не хочу ли я выпить чаю или позвать охрану. Это вопрос, предполагающий выбор. Я отказываюсь и от первого, и от второго. Вместо этого я решаю обойти пациентов и удостовериться, что они в порядке (а еще сказать им, что я не убийца).

Все люди скорбят по-разному. Саймон, например, хотел напасть на меня. Он вел себя странно, потому что в последние 24 часа ощущал эмоциональные американские горки. И, хотя его слова не

соответствовали действительности, я не держу на него зла. Большое горе иногда побуждает людей творить забавные вещи.

Напоминание 13: Восхищайтесь теми, кто делает то, чего не умеете вы.

Статус: Второй год обучения. Психиатрия.

Теперь я восхищаюсь психиатрами больше чем когда-либо. Я только что завершил прием пациентов со сложными расстройствами личности, и у меня такое ощущение, будто меня голым протащили по раскаленным углям, а потом выкололи мне глаза осколками стекла. А я всего лишь врач! Представляю, как чувствуют себя пациенты. Сложные эмоции, требования, проблемы и страдания, с которыми они сталкиваются, ошеломляют и сбивают с толку. На самом деле понять этих людей невозможно. Тот факт, что их заболевания физически неощутимы, подвергаются незаслуженной стигматизации и тяжело поддаются лечению, только все усложняет. Сделав шаг назад, чтобы увидеть всю картину, вы сразу начинаете сочувствовать больным и восхищаться специалистами, которые изо дня в день пытаются помочь таким пациентам.

Уходя из клиники, ощущаю прилив недовольства собой. Я понимаю, что никогда не смогу стать психиатром. Мне не хватит сил.

Напоминание 14: Чтобы быть добрым, иногда нужно проявлять жестокость.

Статус: Третий год обучения. Общая медицина и медицинская помощь в неурочное время.

На улице холод собачий. Неудивительно, что все простужены! Я закрываю глаза, продолжая прижимать телефонную трубку к левому уху. Я прижимаюсь лбом к краю страшно неудобного стола, за которым мне приходится сидеть дважды в месяц в течение последнего года узкоспециализированного обучения, и делаю глубокий вдох. Я злюсь, так как время, отведенное на звонок миссис Стокли, давно истекло. У меня такое ощущение, словно я пытаюсь порвать с ней, а она не хочет меня слышать.

Большое горе иногда побуждает людей творить забавные вещи.

Я выдыхаю. Никто не хочет, чтобы собеседник бросил трубку, но мне придется это сделать, если она не будет меня слушать. Сейчас четверг, 23:00, поэтому неудивительно, что я хотел бы быть где угодно, но только не здесь. Кроме того, отнюдь не драма разворачивается в полуразрушенном промышленном здании у черта на куличках, где располагается центр оказания медицинской помощи в неурочное время. Каждый раз, когда я добираюсь туда сначала на автобусе, а затем пешком, я боюсь, что меня ограбят, изобьют до потери сознания и засунут в мусорный бак. Ладно, это уже другая проблема. Вернемся к медицине…

С 18:00 до 08:00 человек, нуждающийся в консультации врача, но не находящийся в отделении неотложной помощи, может позвонить на номер 111. Сначала его обо всем расспросит специально обученный оператор, а потом при необходимости соединит со мной. Если, конечно, я в этот момент буду не в мусорном баке.

«Анатомия страсти»[16] может позавидовать!

Миссис Стокли в третий раз просит назначить ей антибиотики. Изо всех сил стараясь не показывать своего раздражения, я повторяю, что если у всех членов ее семьи насморк, чихание и дерьмовое общее самочувствие (это мои слова, не ее), то у них, скорее всего, простая инфекция верхних дыхательных путей, то есть простуда. Я повторяю ей это последние 20 минут. Даже мои слова о том, что они, безусловно, доживут до завтрашнего утра и смогут лицом к лицу встретиться с терапевтом, пролетают мимо ее ушей.

Четвертая просьба об антибиотиках раздается в трубке и влетает в мое изможденное ухо. Мое терпение лопнуло. Сжав кулаки, я объясняю миссис Стокли, что не буду назначать ей и ее родственникам антибиотики от простуды и что это окончательное решение. Я говорю, что ее близким следует поблагодарить меня за то, что я сокращаю их коллективный риск развития резистентности к

важным антибиотикам широкого спектра. Если в будущем они серьезно заболеют и действительно будут нуждаться в них, чтобы не умереть от сепсиса и полиорганной недостаточности, эти антибиотики смогут спасти им жизнь. Я уже не говорю о необходимости контролировать уровень глобальной антибиотикорезистентности, чтобы предотвращать смерть других людей от сепсиса и полиорганной недостаточности. Да, миссис Стокли и ее родственникам нужно следить за признаками и симптомами более серьезных болезней, но пока им следует закупиться парацетамолом и пить чай с лимоном и медом, как всем остальным простуженным людям.

Возможно, я немного смягчил выражения, которые на самом деле использовал, но это посыл, который она должна была распознать между строк. Как только консультация с успехом завершается, я приступаю к следующей и опять начинаю объяснять, почему соответствие ожиданиям пациента не может, не должно и не будет являться статус-кво. После очередной консультации я ощущаю потребность подышать свежим воздухом. Разумеется, подальше от темных закоулков и мусорных баков.

Напоминание 15: Боль всегда (обычно) утихает.

Статус: Обучение окончено.

Какое счастье!

* * *

Три года специальной подготовки подошли к концу. Я преодолел 11-летний путь к началу своей карьеры и стал квалифицированным терапевтом. За эти годы я видел многое: любовь, ненависть, радость, горе, удивление, страх, наивность, разочарование, отчаяние, смирение, заблуждение, злость, торг, ностальгию, желание, благоговение, тепло и холод. Я почувствовал, что уже начал осознавать удивительную правду о работе терапевта: самое сложное

обычно не касается медицины. Самое трудное – это грубые, нефильтрованные эмоции. Врач должен научиться ориентироваться в медицине среди них и постоянно следить за тем, чтобы медицина и эмоции не сталкивались. Во всех вышеупомянутых случаях я познавал профессию терапевта. Хотя значительную часть обучения я провел в больничной обстановке, все же догадывался, что общение не менее важно, чем знание медицины.

Они неразлучные друзья.

Уже в тот день, когда я оказался в хирургическом отделении в статусе младшего врача, я начал это замечать. Иногда это было более очевидно, иногда менее. Чем больше я наблюдал, тем больше начинал это понимать и ценить. Я, конечно, не самый умный врач. Шесть лет учебы в медицинской школе дались мне очень тяжело. Однако потом я понял, что у меня хорошо получается (по крайней мере, я на это надеюсь) распознавать человеческие эмоции. Думаю, мне часто удается сделать это раньше других и отреагировать таким образом, чтобы наладить связь с пациентом. Возможно, я обладаю эмоциональным интеллектом (который компенсирует отсутствие здравого смысла, как говорит Элис). Это вовсе не значит, что мои профессиональные решения лучше или хуже, чем у моих коллег. Скорее, меня отличает от них то, как я принимаю решения. Будь я брендом, это было бы моим уникальным торговым предложением.

Может быть, именно поэтому многие пациенты любят меня, хотя в это сложно поверить, глядя на низкого пузатого мужичка, который постоянно ругается. Я очень этому рад! Став терапевтом, я обрел профессию своей мечты, хотя раньше даже не догадывался, что хочу развиваться в этом направлении. Раньше я думал, что терапевтами становятся те, кто не могут освоить более сложные специальности. Однако к концу обучения понял, что самой сложной как раз является общая медицина и врачи, занимающиеся ею, должны быть особенно сильными. Пока я в профессии всего три года, но мне кажется, я готов идти по этому пути всю свою профессиональную жизнь.

Октябрь 2018 года

Понедельник, 1 октября

Некоторые пациенты вызывают симпатию сразу же, и это факт. Иногда подобное происходит, когда они улыбаются вам при входе, и вы понимаете, что они, вероятно, не собираются подавать на вас в суд. Иногда вам просто нравится их энергетика. Когда Хэтти и ее давний партнер Том вошли в мой кабинет 30 секунд назад, я сразу понял, что они мне симпатичны. Кстати, формирование первого впечатления о пациенте – моя любимая часть работы. Это значит, что приходится задействовать свой эмоциональный интеллект и пытаться понять, как я смогу настроиться на одну волну с ними. Последние три года я стараюсь совершенствоваться. Отчасти это связано с тем, что мне нравится непосредственность и близость личного контакта терапевта с пациентом, а отчасти с моим желанием поскорее сформировать впечатление о пациенте и его ситуации. Кажется, я отвлекся… Извините, вернемся к Хэтти и Тому. Они примерно моего возраста, и им нравится такой же стиль, как и мне: они предпочитают модной одежде более взрослую и удобную. Кроме того, сразу видно, что они очень любят друг друга. Что в них может не понравиться? Когда Хэтти описывает свои симптомы, я чувствую, как они взаимодействуют друг с другом, словно играя в невербальный любовный пинг-понг.

После каждого произнесенного подругой слова Том с энтузиазмом кивает. Последние девять недель Хэтти беспокоят спазматические боли в животе и вздутие. В ее медицинской истории нет ничего зловещего, например потери веса, ночной потливости или изменений в аппетите. Она вполне разумно списала все на синдром раздраженного кишечника, который действительно может сопровождаться этими симптомами. Выслушав Хэтти, я прошу ее лечь на смотровую кушетку и оголяю ее живот. Делаю секундную паузу и продолжаю осмотр. Согнув шею, Хэтти внимательно

наблюдает за тем, как я прощупываю ее живот. Том, сложив руки, тоже наблюдает за происходящим и не подозревает, что мои слова вот-вот перевернут их мир.

Я думал, что терапевтами становятся те, кто не может освоить более сложные специальности.

«Вот и все», – говорю я с улыбкой.

Я даю им минутку посидеть в тишине, пока пишу в карте о том, что я обнаружил на осмотре, а затем приступаю к переворачиванию их мира.

«Я не думаю, что дело в синдроме раздраженного кишечника, Хэтти...»

Теперь они держатся за руки еще крепче и бросают взволнованный взгляд сначала друг на друга, а затем на меня. Вау! Они даже моргают одновременно. Похоже, это отличный момент, чтобы объявить им новость.

«Вы можете быть беременной?»

Тишина.

Они снова смотрят друг на друга. Теперь я вижу как раз то, что ожидал: взволнованную улыбку. Она появляется на их лицах и приносит мне облегчение, ведь так приятно знать, что новость о беременности радостная. К сожалению, это случается не всегда. Продолжая взволнованно улыбаться, они пожимают плечами, словно хотят сказать: «Мы не знаем, но как было бы ЗДОРОВО». Тест на беременность окончательно переворачивает их жизнь: Хэтти действительно ждет ребенка. Они оба в восторге. Оказывается, Хэтти не заметила, что у нее не было месячных два месяца. Я шутя закатываю глаза. Пока я выписываю направление в ближайшую женскую консультацию и предоставляю список ссылок на ресурсы о беременности, они рассказывают, что несколько месяцев назад перестали пользоваться контрацептивами. Однако, планируя беременность, они решили просто расслабиться и позволить

природе сделать свое дело. Я указываю на живот Хэтти и с улыбкой говорю: «Похоже, такой подход отлично сработал».

Когда они уходят и дверь со скрипом закрывается, я улыбаюсь. Мне прекрасно известно, что Хэтти никогда не считала, что у нее синдром раздраженного кишечника. Я вспоминаю о том, как мы с Элис узнали о Уильяме. У меня по шее побежали мурашки.

Впереди их ждет удивительное приключение.

Вторник, 2 октября

«Хью» все же умер. Это было ожидаемо. Покойся с миром, Hewlett-Packard B5L25A, ты был верным слугой.

Пятница, 5 октября

Я хочу назвать его заносчивым придурком, но глубоко в душе я понимаю, что это будет непрофессионально и к тому же обеспечит мне плохой конец недели, поэтому я еще раз прочищаю горло и повторяю: «Мне жаль (на самом деле нет, просто мы, британцы, все время за все извиняемся), но я не совсем понял. Могли бы вы повторить ваше имя?» Невролог-ординатор на другом конце провода не только проигнорировал мой вопрос, но и, похоже, оскорбился. «Мое имя?» – спросил он. Мне хотелось совершенно спокойно сказать ему: «Да, ваше гребаное имя. Нормальные люди представляются друг другу». Не знаю, что сделал этот парень, чтобы совершенно безобидный вопрос прозвучал так, словно я вежливо попросил разрешения пощекотать ему яички. Я отодвигаю телефонную трубку ото рта и выдыхаю. Если что-то действительно раздражает меня (и побуждает исключить человека из списка тех, кто получает от меня подарки на Рождество), то это плохие манеры. Я всего лишь хочу, чтобы он дал мне совет по поводу препарата от эпилепсии для одного сложного пациента. Это важно, потому что у пациента участились припадки.

«Я невролог-ординатор», – говорит он в ответ на мой невероятно сложный вопрос про имя. Господи. Я еле сдерживаюсь, чтобы не спросить, не дразнили ли его в школе из-за такого имени. Но вместо

этого смотрю на часы. Вечерний прием начинается через пять минут, а я хочу успеть позвонить Элис и спросить, чем они с Уильямом занимались сегодня, и снова выдыхаю.

Спокойно, Макс, спокойно.

Ладно. Закусив губу и прекратив игру с выяснением имени, я получаю нужный совет и торопливо кладу трубку. Предварительно я убеждаюсь, что он понял, насчет какого пациента и откуда я звоню. Позвонив Элис и узнав, что Уильям крепко спал, хорошо ел и много какал (кажется, это весь список дел четырехнедельного младенца), я пишу электронное письмо врачам-консультантам из неврологического отделения местной больницы. Нажав «отправить», улыбаюсь и внутренне смеюсь над тем, что подлил масла в огонь. В письме я с энтузиазмом говорю о необходимости обучить правилам вежливого общения неврологов-ординаторов. Возможно, неврологи супер-пупер-умные и компетентные, но с манерами у них проблемы.

Воскресенье, 7 октября

Прекрасно зная о бесполезности этой затеи, ведь его уши и глаза лишь недавно адаптировались к внешнему миру после девяти месяцев в матке, я все равно не могу не показать Уильяму на YouTube великолепный дроп-гол Джонни Уилкинсона на чемпионате мира по регби 2003 года.

Элис сейчас заслуженно дремлет, и это единственная причина, по которой я не услышал слово «идиот» в свой адрес.

Вторник, 9 октября

Я не знаю, как описать словами то, что я вижу. У меня открывается рот чуть больше, чем это допустимо для профессионала, когда я рассматриваю квартиру 70-летних мистера и миссис Ли. С первой попытки я насчитываю 16 ловцов снов, свисающих с потолка. Я перестаю считать, когда мой взгляд перемещается на фотографии на стенах: Барак и Мишель Обама на инаугурации, семь немецких

овчарок (каждая в отдельной рамке), Силла Блэк и – моя любимая – Уилл Смит в «Принце из Беверли-Хиллз». С ума сойти. Не в силах проронить ни слова, я теряюсь в их волшебном мире. Теперь мне кажется, что уже неважно, зачем я пришел сюда. Прости, Бенни, но всего через четыре месяца после нашей встречи супруги Ли не просто спихнули тебя с первого места в рейтинге моих любимых пациентов, но пронзили тебя копьем и бесцеремонно ударили по голове. Кстати, эти двое наверняка ответят тебе на вопрос о смысле жизни, если судить по оформлению их гостиной.

Я ставлю на пол чемоданчик и сажусь на диван рядом с 15 коробками, заполненными поющими садовыми гномами (к счастью, они без батареек). Я достаю распечатанное (на моем новом безымянном принтере, заменившем умершего «Хью») краткое содержание медицинских записей миссис Ли, стараясь открыто не восхищаться их страной чудес, не задавать лишних вопросов и вести себя как подобает терапевту. Я пришел к миссис Ли ради первой консультации по диабету (большинство хронических заболеваний требуют ежегодной плановой консультации терапевта). Недавно у нее диагностировали диабет второго типа по результатам ежегодных анализов крови.

> Меня очень раздражают люди с плохими манерами. И им я никогда не дарю подарки на Рождество.

Мистер и миссис Ли сидят напротив меня и внимательно слушают, что такое диабет, почему он развивается, что представляет из себя лечение и как проходит ежегодная консультация (вроде той, что у нас сегодня).

«Макс, вам нравится сериал “Домой и в путь?”»

Меня уже называют по имени. Мне это нравится, черт возьми! В этих людях есть то, из-за чего мне очень хочется им понравиться. Слегка ошеломленный вопросом, я объясняю, одновременно стараясь профессионально завершить консультацию, что у меня мало

свободного времени на просмотр сериалов (а еще мне уже не 15 лет, я работаю, и 90-е давно закончились), но я уверен, что он потрясающий. Я борюсь с желанием сказать им, что до сих пор могу напеть его саундтрек.

Господи, мне так хочется их впечатлить!

Миссис Ли спрашивает, может ли диабет быть причиной ее молочницы. Я стою перед ней на коленях, только что закончив проверять чувствительность ее стоп.

Думаю, мне больше нравится вопрос о «Домой и в путь»!

Она сидит передо мной в одной ночной рубашке с Денисом-непоседой (рубашка на несколько размеров меньше, чем нужно, и очень короткая) и слегка водит коленями из стороны в сторону. У меня желчь подступает к горлу. Если бы в 15 садовых гномах были батарейки, я уверен, что они непременно повернули бы головы в нашу сторону.

Я встаю, чтобы ее влагалище было для меня вне зоны видимости, и объясняю, что диабет действительно может вызывать молочницу. К счастью для нее (и, конечно, для меня), мы легко можем вылечить ее. В том, чтобы делать вагинальный мазок, нет необходимости. Уверяю вас, я не удивлен, что у нее молочница. У пожилых женщин, например миссис Ли и Элси, с которыми мы встречались в прошлом месяце, часто проблемы с влагалищем.

Когда, завершив осмотр, я собираю чемоданчик, мистер Ли вновь входит в комнату. Он дарит мне их свадебную фотографию, сделанную 50 лет назад. Я очень тронут, но мне кажется неожиданным, что он дарит мне ее по такому странному поводу. Когда они с любовью вспоминают тот день, во мне пробуждается теплое чувство радости. Вдруг на меня накатывает волна пессимизма. Черт, неужели они меня обхаживают? Следующим шагом могут стать конфеты в спальне. Я отгоняю эти мысли, списав их на голод, и с благодарностью принимаю фотографию, не зная, что с ней делать дальше. Что бы сказала Элис? Вероятно, мы не станем помещать ее на стену среди семейных фото. Как бы то ни

было, это мило с их стороны. Наконец я прощаюсь и покидаю страну чудес супругов Ли. Я надеюсь, что в скором времени вернусь к ним, поскольку только что произошел один из самых удивительных визитов на дом. ЗА ВСЕ ЭТО ВРЕМЯ. Этой парочке нужно свое телешоу, и я даже знаю, каким должен быть саундтрек…

Среда, 10 октября

Вау! Последние четыре месяца пролетели незаметно. Похоже, ежегодная оценка моей работы уже на пороге. Я тру глаза, забыв, что на руках спиртовой антисептик, и морщусь, пискнув по-детски. Наступил конец долгого дня. Уильям последнее время плохо спит (к сожалению, мы с Элис тоже), а это значит, что я смертельно устал. Вполне естественно, мое состояние отражается на работе. Результат? Я целый день рявкаю на пациентов. И на работников регистратуры (я очень плохо себя вел, если судить по их гипертрофированному закатыванию глаз). А еще на Элис, когда во время телефонного разговора она сказала, что я ее невнимательно слушаю (честно говоря, не стану утверждать, что был внимателен).

Я снова открываю раздраженные глаза, и чтобы наказать себя, и чтобы перечитать электронное письмо. Серьезный и толстенный Times New Roman сообщает, что мне необходимо встретиться с двумя старшими клиническими партнерами (включая Дементора) и менеджером Джаспером во вторник, 23 октября, в 14:00. Я встаю. Такие встречи – норма, но она не делает их менее мучительными. Я потягиваюсь, выключаю компьютер и плетусь на автобусную остановку. По пути домой мне нужно заглянуть в цветочный магазин и в качестве извинения купить Элис букет. Позднее мне предстоит от нее ЛВП (лекция в постели).

Четверг, 11 октября

На прошлой неделе я чуть было не начал носить ботинки на липучке, поскольку завязывать шнурки для меня слишком сложная задача. Такова моя степень усталости после рождения Уильяма, то

есть уже почти пять недель. Так как же Гейл и ее мужу Тони хватает энергии или хотя бы желания заниматься сексом спустя три недели после рождения их дочери Фелисити? Я понятия не имею.

Мне плохо удается скрыть удивление, но, к счастью, Гейл отвлеклась на Фелисити, а Тони ушел оплатить парковку, поскольку мы опять задерживаемся (разумеется, дело снова в звонке миссис Талли; ее сиделки, как всегда, никуда не годятся). Я киваю и улыбаюсь, все еще переваривая детали. Дело не только в том, чтобы найти на секс время. А как же восстановление после естественных структурных изменений, последовавших за вагинальными родами четырехкилограммовой Фелисити?

Просматривая карту Гейл, я прихожу к выводу, что Тони необходимо дать жене немного времени, чтобы она могла прийти в норму. Гейл выглядит очень робкой, и, когда меняет подгузник Фелисити, наполняя кабинет домашним ароматом детского дерьма, она спрашивает, нужна ли ей посткоитальная таблетка. Ее ребенок полностью находится на грудном вскармливании. Прекрасно! Я объясняю, что в таблетке нет необходимости, поскольку у нее пока нет овуляций. Активное грудное вскармливание защищает ее от нежелательной беременности. Гейл смотрит на меня через плечо, положив руку на частично переодетую Фелисити, лежащую на смотровой кушетке. В ее взгляде читается бесконечное облегчение. Она говорит, что это случилось всего раз.

– Особый повод? – спрашиваю я, не в силах сдержаться.

– Ничего подобного! – со смехом отвечает она.

Как оказалось, они просто хотели попробовать. Надеюсь, это того стоило. Когда они уходят и Тони бежит по коридору им навстречу, я не могу не думать о том, что на месте Тони я бы предпочел лишние пять минут (или дольше – время зависит от его выдержки) поспать.

Пятница, 12 октября

«Доктор, вы англичанин?»

Это первая реплика мистера Джонса в нашем телефонном разговоре. Он точно член Лиги защиты англичан. Я объясняю, что я член международной команды врачей, работающих на Национальную службу здравоохранения, и что моя национальность не имеет значения.

«Вы говорите, как австралиец».

Да. Боже. Мой.

Суббота, 13 октября

«Дорин, дорогая, ты не могла бы отнести это мистеру Графтону в одиннадцатый дом?»

Я обомлел, потому что сижу сейчас на переднем сиденье машины 72-летней миссис Грей и держу ее шею в зафиксированном положении. Точнее, я сижу между миссис Грей на водительском кресле перед сдувшейся подушкой безопасности и ее соседкой Дорин, стоящей у открытой двери с моей стороны с одеялами и чашкой чая. Три минуты назад я был в пабе через дорогу с Элис, Уильямом и друзьями, у которых мы гостим в Котсуолде. Это было до того, как мы услышали скрежет.

Как оказалось, скрежет раздался, когда миссис Грей врезалась в заднюю часть припаркованного фургона на скорости около пятидесяти километров в час (если судить по тому, что капот ее автомобиля сложился вдвое).

«Миссис Грей, вы помните, что произошло?»

Она игнорирует мой вопрос и кричит «Да, дорогая, пожалуйста!» еще одной безымянной соседке, которая предложила забрать пакеты с едой с заднего сиденья, пока замороженные продукты не оттаяли.

А как же приоритеты, дорогая?

Я уже готов сдаться и вернуться в паб. Это был бы допустимый вариант, если бы водительская сторона машины миссис Грей теперь не была плотно прижата к старой каменной стене. Кроме того, приняв решение поместить руки на ее шею (при таком столкновении

риск серьезной травмы шеи высок, особенно если учесть, что пациентка пожилого возраста), я вынудил себя оставаться с ней, пока не приедет скорая помощь и женщину не извлекут из автомобиля.

Подходит еще больше соседей и предлагают еще больше одеял. Что-то подсказывает мне, что это одно из самых ярких событий, произошедших в деревушке за последнее время. Я предпринимаю еще одну попытку получить хоть какую-то информацию от миссис Грей. Поскольку соседи уже отправляют за нее письма, разбирают покупки и укрывают ее одеялами, у нее, вероятно, появилось время для меня, доброго самаритянина-терапевта (о чем я вообще думал?). Как оказалось, она подозревает, что на секунду потеряла сознание из-за боли в груди. Я спрашиваю, принимает ли она какие-нибудь лекарства.

«Только парацетамол».

Я не верю и спрашиваю, есть ли у нее в сумочке рецепт на препараты (по какой-то причине многие пожилые люди всегда носят его с собой). Рецепт действительно при ней. Я прошу соседку достать его (не забывайте, что в ближайшем будущем мои руки должны оставаться на шее миссис Грей). Итак, она принимает не только парацетамол от боли, но также один кроверазжижающий препарат, два препарата для нормализации давления и по одному для снижения уровня холестерина и нормализации сердечного ритма. Немного больше, чем только парацетамол, я бы сказал.

Через 10 минут после того, как я по громкой связи (руки на шее, помните?) поговорил со службой скорой помощи и соседи опять предложили одеял, над нами появился вертолет воздушной скорой помощи. Предполагалось, что сегодняшний день будет посвящен расслабляющей прогулке и тихому обеду в пабе, а не очередному эпизоду сериала «Скорая помощь». В итоге понадобилось несколько часов совместных усилий медиков и пожарных, чтобы безопасно извлечь миссис Грей из автомобиля и доставить в больницу. Однако меня впечатлило еще и то, как сплотились жители деревушки. Они были заняты общим делом. Здесь все знают друг друга, и людям

хотелось как-то помочь. Я никогда не видел ничего подобного, по крайней мере там, где я живу. Должен признаться, я позавидовал.

Понедельник, 15 октября

Драма, развернувшая на выходных, едва закончилась, а я уже еле сдерживаюсь, чтобы не заплакать. Я только что попросил Адама приехать ко мне. Я встречаю его в дверях своего кабинета, и он вежливо улыбается, спрашивая, как у меня дела. Ему необязательно это делать, и в данной ситуации совершенно неважно, как у меня дела. Теперь, когда он сидит напротив меня, я вижу, что он изо всех сил старается не заплакать. Мне нужно, чтобы он заплакал. Только тогда мы сможем нормально поговорить.

Я доброжелательно улыбаюсь.

«Как вы?»

Думаю, я даже представить себе не могу, как он себя чувствует. У Кэти, с которой они женаты всего одиннадцать месяцев, агрессивная форма рака, которая, вероятно, убьет ее еще до второй годовщины свадьбы. Эти два слова как раз то, что нужно. У меня в горле появляется комок, а в глазах мутнеет, когда я наблюдаю, как Адам опускает голову, убирает показную улыбку и начинает всхлипывать. Он смотрит на меня, и на его лице читаются отчаяние, горе и неверие. Я кладу свою руку поверх его.

Несмотря на все усилия, я тоже плачу. Я впервые делаю это перед пациентом. Вернее, с пациентом, и не испытываю стыда. В какой-то момент подобное должно было произойти. Понадобилось три года с начала моей работы терапевтом, чтобы ситуация пациента обнажила мою эмоциональную уязвимость. Я думаю об Элис. Прежде чем позвонить Адаму, я встретился с Кэти, чтобы обсудить слова специалистов о ее раке (запущенном, инвазивном, неизлечимом). Она беспокоилась не столько о себе, сколько об Адаме и о том, как он со всем этим справится. Их мечты о большой семье, великолепных совместных приключениях и долгой жизни, полной любви, потерпели крушение.

Мы с Адамом сидим в тишине, нарушаемой только громким ритмичным тиканьем настенных часов. Он поднимает на меня глаза и говорит, как ему стыдно плакать. Я прошу его не быть идиотом. Мы улыбаемся, чтобы поддержать друг друга. Теперь, когда эмоциональная нагрузка первых пятнадцати минут чуть снизилась, мы можем обсудить дела на предстоящие несколько месяцев, а именно перерыв от работы, посещение врачей и планы на ближайшее будущее. Адам еще немного расслабляется, что вполне ожидаемо. Обсуждение практических аспектов делает травматичную ситуацию немного легче. У человека появляется то, за что он может зацепиться. Эмоции, наоборот, могут не иметь ни цвета, ни вкуса, ни текстуры. Пара хочет поехать в те места, где они всегда мечтали побывать. Когда продолжительность жизни сокращается, все планы реализуются быстрее. Каждый раз, когда Адам говорит о Кэти, он улыбается, чтобы скрыть ту часть себя, которая разрывается на части. Это не просто разбивает сердце, но разрушает тебя целиком.

Когда разговор подходит к завершению и усталость от консультации накрывает нас обоих, я даю Адаму информацию о группах поддержки. Он благодарит, и мы оба знаем, что это лишь символический жест, ведь я ничем не могу ему помочь. Это детский лейкопластырь на фатальном разрыве артерии. Я пожимаю ему руку, и мы обнимаемся.

Эмоции могут не иметь ни цвета, ни вкуса, ни текстуры.

Кэти ждет за дверью. Когда Адам выходит, она делает шаг к нему, замечает следы от слез и обнимает. Я закрываю дверь, давая им возможность остаться наедине. Проходит пять минут, а я до сих пор сижу за столом и тупо смотрю на экран компьютера. Обезличенный и бесстрастный черный курсор нетерпеливо мигает. Ждет, когда я напечатаю слова, напишу резюме произошедшего. А я не нахожу слов, потому что эмоциональная ситуация заслуживает большего. Не простого сухого медицинского языка, который мы используем при

описании простуды. И я продолжаю тупо, изможденно смотреть на экран.

Вторник, 16 октября

Сейчас 03:18 ночи. Чувство изнеможения меня не покидает. Мне не спится. Прислонившись к дверному косяку нашей спальни, я просто смотрю, как спят Элис и Уильям, издавая прекрасные и характерные только для них звуки, двигаясь и сопя. Однако ко мне сон не приходит.

Я делаю глоток чая с ромашкой и другими травами, оставшегося после беременности Элис. Вкусовые рецепторы напоминают мне, почему я обычно его не пью. Мне так и не удалось забыть встречу с Кэти и Адамом. Люди приходят за помощью, и я всегда делаю все возможное, чтобы предоставить ее им. Теперь я понимаю, что, принимая так много людей ежедневно, становлюсь слепым. Из-за большого объема работы я забываю, что пациенты тоже учат меня и помогают мне. Ситуации вроде той, что случилась с Кэти и Адамом, напоминают мне об этом и помогают сфокусироваться на собственной жизни и ее приоритетах.

Я снова смотрю на Элис и Уильяма в темноте, но различаю лишь силуэты. Я не смог бы жить без них. Весь мой мир сейчас крепко спит в полутора метрах от меня. Защищенные. Счастливые. Любимые. Здоровые. Это есть не у всех, и не для каждого жизнь становится сказкой. Вдруг я понимаю, что не дает мне уснуть: невыносимость наблюдать за тем, как жизнь вдруг делает людей хрупкими, уязвимыми и беззащитными перед жестокостью. Рак. Травмы. Несчастные случаи. Смерть. Как все это пугает меня, потому что никто не защитит мою семью от того, что так трагически произошло с Кэти и Адамом. Знаю, это эгоистичные мысли.

Я становлюсь слепым, принимая так много людей ежедневно.

Я снова ставлю чайник. Похоже, остаток ночи я буду думать, как не позволить этим мыслям поглотить меня.

Вторник, 19 октября

Я удаляю слово «дерьмо» и заменяю «требую» на «настоятельно рекомендую». Затем я перечитываю письмо. Да, жестко, но справедливо. Хирург-ортопед должен оценить его. На самом деле он вряд ли оценит, но это не главное. Главное – мой пациент Стэнли, 69-летний плотник на пенсии, чью операцию по полной замене коленной чашечки отменяли уже четыре раза. Поскольку Стэнли – джентльмен, он каждый раз реагировал вежливо и терпеливо. К черту! В таком случае я буду его кулаком, стучащим в двери ортопедического отделения. Пока он терпеливо ждет, его второе колено изнашивается из-за неравномерно распределенной нагрузки, а риск снижения функциональных возможностей повышается, поскольку он двигается все меньше и теряет уверенность. Теряет независимость, что повышает риск преждевременной смерти. Вежливой преждевременной смерти.

Нет, Стэнли.

Я отправляю письмо злым, но приносящим удовлетворение щелчком мыши. А едва закончив, иду к Джасперу предупредить, что на нашу клинику опять может поступить жалоба.

Вторник, 23 октября

Неужели это происходит?

Сидя напротив Дементора и доктора Фила, двух старших врачей-партнеров, и менеджера Джаспера, я медленно киваю, когда после 15-минутной похвалы они осторожно выдергивают чеку гранаты и переходят к ежегодной оценке моей деятельности. Они говорят, что я, вероятно, не очень хорошо работаю в команде и это их немного беспокоит. Я в ступоре. Такого я точно не ожидал. Моя первая реакция – шок. Хочется встать и уйти, попросту сбежав от критики. Мне с детства тяжело ее принимать. Затем я понимаю, что бегство –

опрометчивый поступок и, более того, странный. Вместо этого я предпочитаю молчать, стараясь игнорировать обезьяну в своем мозгу (у всех нас она есть). Именно она поощряет принятие необдуманных решений.

Я продолжаю сидеть, не говоря ни слова и пытаясь дышать медленнее, чтобы утихомирить выпрыгивающее из груди сердце. Дементор заполняет тишину и подробнее говорит о том, что же их так беспокоит. Он объясняет, что я не использую все ресурсы, к которым у меня есть доступ, а именно не обращаюсь к старшим врачам-партнерам, чей многолетний клинический опыт может быть полезен для оптимизации планов моей работы с пациентами. Таким образом, мне следует обсуждать с ними свою работу, особенно более сложные случаи. Я медленно киваю. Я скисаю. Меня словно вербально избили.

Доктор Фил надевает боксерские перчатки и целится мне в голову, продолжая объяснять, что недостаток работы в команде и коллективных обсуждений приводит к более односторонним и менее традиционным планам работы с пациентами. Я снова киваю и спрашиваю, могут ли они привести мне примеры, чтобы мне было понятнее. Они не могут. Джаспер поднимает руку для словесного апперкота.

«Это довольно общее наблюдение», – говорит он.

Закрыв лежащий передо мной блокнот, я даже не удосуживаюсь кивнуть на столь размытый комментарий. Меня либо сейчас уволят, и в этом случае уже не понадобятся никакие записи, либо сохранят работу, но перечислят так много моих недостатков, что я просто не успею их записать. Шок сменяется внутренней борьбой, и мне сложно не показывать ее. Я усердно работаю и всегда делаю все возможное для своих пациентов. Я никогда не ищу легких путей и всегда стараюсь помочь, когда вижу, что другие врачи не предпринимают активных действий.

Внутренняя борьба оказалась непродолжительной, и ее сменяет боль. Моя гордость уязвлена. В глубине души мне хочется

расплакаться, как бы жалко это ни звучало. Я всегда считал себя отличным командным игроком, способным быть как лидером, так и ведомым, и меня еще никогда не критиковали за это. На самом деле меня обычно хвалили за командную работу. Поэтому сейчас я до глубины души ошеломлен только что сказанным. Я задерживаю дыхание и думаю об Элис и Уильяме, абстрагируюсь так минуту или две, и у меня в голове проясняется. Ясность вытесняет смесь негативных эмоций. Работа имеет отношение не только ко мне, но и к моим близким, к поддержке моей семьи.

Я нуждаюсь в этой работе лично и финансово. Мы нуждаемся в ней. По этой причине, взяв себя в руки, я говорю, что непременно приму к сведению все, что мне только что сказали, а также последую их советам по самосовершенствованию. Все благодарят меня, и я собираюсь уходить. Будучи британцем, я, разумеется, тоже благодарю их за критику.

> Я всегда стараюсь помочь, когда вижу, что другие врачи не предпринимают активных действий.

Вернувшись в кабинет, я смотрю на часы: первый пациент войдет через пять минут. Я очень надеюсь, что меня ждет простое измерение давления, поскольку не в состоянии сейчас делать что-то более серьезное. Мне нужно позвонить Элис, чтобы услышать ее голос и получить подтверждение, что я командный игрок. Не мог же я ошибочно считать себя таковым так долго. Как бы глупо это ни звучало, я чувствую себя слабым и уязвленным. В моих парусах нет ветра. Однако я не могу позвонить жене. Похлопав по карманам брюк, я понимаю, что где-то оставил свой гребаный телефон, и прибегаю к плану Б. Просто лежу на смотровой кушетке пять минут, размышляя, что делать дальше.

Среда, 24 октября

Мертвая тишина. В моих парусах до сих пор нет ветра. Я снова и снова проигрываю в голове вчерашний день. Кстати, я нашел свой телефон, оставленный рядом с мусорным ведром.

Пятница, 26 октября

Я подхожу все к той же недавно построенной клинике с ярко-синим знаком Национальной службы здравоохранения. Я вхожу в ту же большую коричневую дверь. Поднимаюсь по той же лестнице. Отпираю дверь того же кабинета. Включаю тот же компьютер и забываю полить все тот же хронически обезвоженный цветок. Тем не менее все теперь кажется другим. Я все делаю осознанно. Осознанно разговариваю с другими врачами. Осознанно общаюсь с персоналом регистратуры. И осознанно стараюсь казаться командным игроком.

Осознанно все порчу.

Хотя прием уже начался, я не приглашаю первого пациента, потому что не хочу. С ежегодной оценки моей работы прошло менее сорока восьми часов, и я никак не могу избавиться от неуверенности и сомнений в своих силах. Прямо сейчас мне хочется вернуться домой и заняться тем, что не заставит меня еще больше сомневаться в себе.

Дышать, например.

Я ведь хорошо умею дышать, не так ли?

Воскресенье, 28 октября

Очевидно, мне пора прекратить так убиваться из-за оценки моей работы.

«Спасибо, любимая».

Это одна из причин, почему я так сильно люблю Элис: она всегда знает, как до меня достучаться. Она убеждает меня, что, разумеется, я командный игрок и что они (старшие врачи-партнеры) просто стараются сделать из меня максимально хорошего терапевта.

Оказывается, это была конструктивная критика.

Я киваю, растянувшись на диване с подушкой на лице. Затем, нажимая на все нужные кнопки, она объясняет, как ей очень (это слово она подчеркивает) неприятно видеть, что я так быстро сдался. Она просит меня хоть что-то с этим сделать.

Она не просто нажимает на кнопки, но с силой давит на них.

Элис знает, что внутри чрезмерно уверенного в себе человека, чья уверенность граничит с заносчивостью, живет тот, кто пасует при малейшей критике. Она раскрывает мне глаза, когда я сам не могу это сделать. И она права: надо встряхнуться и продолжить работать, стараясь бороться с недостатками, на которые мне указали. Я смотрю на Уильяма: он ничего мудрого не говорит. Вместо этого он тычет пальцем в лужицу собственной рвоты на ковре.

Очаровательно.

Понедельник, 29 октября

Я согласен с тем, что это выглядит противно. Ноготь на большом пальце правой ноги Дэниела толстый, желтый и, вероятно, поражен грибком. Я объясняю, что нам сначала придется отрезать кусочек ногтя, чтобы подтвердить диагноз, прежде чем я смогу назначить сильный противогрибковый препарат. Он может сделать это дома самостоятельно. Несмотря на обучение работе с острыми предметами, считается, что терапевты недостаточно квалифицированы, чтобы стричь ногти. Пока же пациент может продолжать пользоваться противогрибковым лаком, чтобы сдержать распространение грибка.

«К счастью, сейчас недостаточно жарко, чтобы носить сандалии», – говорю я, пока он надевает носок, а я приступаю к заполнению карты. Кабинет наполняется вежливым смехом относительно незнакомого мне человека, и я бросаю взгляд на его шестилетнего сына, чтобы посмотреть, смеется ли он. Ничего подобного. Он прекрасно вел себя во время консультации: спокойно читал книжку в углу и ни разу не пискнул. Будет здорово, если Уильям потом начнет вести себя так же.

«Ничего, если моя жена Наталья завтра занесет мой ноготь за меня?»

Температура в кабинете резко повышается. У меня по шее побежали мурашки. Имя Наталья не очень распространено в этой части страны, и я знаю только одну женщину с таким именем. Пока Дэниел занят завязыванием шнурков, я тайно проверяю, кто еще из моих пациентов живет по этому адресу.

Да, действительно она. Это значит, что я сижу напротив человека, который оскорбляет, избивает и унижает ее. Я продолжаю печатать, борясь с непреодолимым желанием разбить клавиатуру о его голову. Затем я заставляю себя ответить: «Конечно, нет проблем».

> Внутри человека, чья уверенность граничит с заносчивостью, живет тот, кто пасует при малейшей критике.

Их сын, чье имя я вспомнил (Итан), поднимает глаза от книги. Я гадаю, ведет ли он себя тихо, потому что боится. На нем футболка. Я осматриваю его руки на предмет синяков. Их нет. Конечно, это не полный осмотр, но в данном контексте так лучше, чем совсем ничего. Я забрасываю врачебную удочку и спрашиваю, хорошо ли они с женой провели выходные. Он отвечает непринужденно и немногословно. Минус работы врачом в том, что не можешь выбирать, кого лечить. В идеале ты должен относиться ко всем одинаково, независимо от того, насколько мерзким, агрессивным или подлым является пациент. И да, хотя это кажется неправильным во всех отношениях, я должен относиться к нему так же, как я хотел бы, чтобы относились к членам моей семьи. Мне остается лишь мечтать о том, как из клавиатуры вылетят клавиши М, Р, А, З и Ь, когда она ударится о его висок.

Я поднимаюсь, пожимаю Дэниелу руку, даю пять Итану и говорю, что с нетерпением жду нашей следующей встречи. Потом я сажусь и строчу еще одно письмо в социальные службы с просьбой как можно

быстрее связаться с Натальей.

Вторник, 30 октября

Сегодня у нас с Элис годовщина свадьбы, и это первая годовщина после рождения Уильяма. Любые идеи о романтике и соблазнении лежат у меня на сердце мертвым грузом. В 19:20 мы, физически и эмоционально изможденные, сидим на диване в испачканных детской смесью пижамах и смотрим передачу по BBC. Вместо романтического ужина у нас пицца и мороженое.

Мы обсуждали праздничный секс, но оба предпочли ему сон.

Среда, 31 октября

Последний пациент уходит почти в 17:40, когда на улице начинает смеркаться. Мистер Кинг пожимает мне руку и благодарит за «Виагру». Я желаю ему хорошо провести время, а потом сажусь и наблюдаю, как мой ноутбук выключается со скоростью, ожидаемой от компьютера, предоставленного Национальной службой здравоохранения. Я чувствую спокойствие. Теперь у меня есть время подумать об оценке своей работы, проведенной восемь дней назад. Дементор, доктор Фил и Джаспер были правы. Моя реакция была очень глупой.

Я был неправ. Думаю, мне следует обращать больше внимания на мнение своих коллег и их советы. Я стал слишком самоуверенным. Оглядываясь назад, я благодарен им за их слова, хотя сначала мне было нелегко это принять. В конце концов, чего плохого в том, чтобы пытаться (хотеть) стать лучше как врач? Это всегда должно оставаться моей целью. Я понимаю, что для ее достижения нужно не только критически оценивать свои поступки, но и уметь выслушивать публичную критику (а еще давать себе время обдумать ее, прежде чем поступить опрометчиво). Я всегда старался избегать критики.

Уильям, ты заставил меня повзрослеть, не так ли?

Ноябрь 2018 года

Четверг, 1 ноября

Не думаю, что у меня получится говорить о прелюдии медицинским языком. Лея смотрит на меня, и на ее лице отражается смущение родителя, который впервые пытается поговорить о сексе со своим ребенком, не понимающим аналогию с кроличьей норой. Ее проблема довольно проста: у ее нового парня Грэга огромный пенис, и ей больно заниматься с ним сексом. Она ростом чуть выше полутора метров, что, очевидно, только усугубляет ситуацию. Это настолько большая проблема, что их шестимесячные отношения начали портиться.

Моя постоянная цель – стать лучше как врач.

Я сочувственно киваю, думая, что такой проблемы у меня точно никогда не будет. Сегодня Лея сидит напротив меня одна: Грэг, вероятно, не смог бы протиснуться через дверной проем со своим монстром (одна из дверных петель в данный момент сорвана). Я не могу придумать, что ей сказать.

Мне так жаль, это просто ужасно! Бедная ты, бедный Грэг!

Любые слова кажутся мне неуместными. Можно ли эту проблему считать медицинской? Я тихо вздыхаю, понимая, что она действительно медицинская, особенно если учесть, что в своей работе я применяю комплексный подход к здоровью своих пациентов. Все еще не находя нужных слов, я прибегаю к типичному для терапевтов киванию головой, что позволяет мне выиграть немного времени, но, похоже, недостаточно. В итоге я становлюсь виновником самой медленной в мире групповой автомобильной аварии.

«Что ж, как вы эм… разогреваетесь?»

Это был косвенный, искусно закодированный вопрос о том, что представляет из себя их прелюдия. Мы оба елозим на стульях. Ситуация становится неловкой. Лея смотрит на стенд за моей спиной, ища вдохновения. К сожалению, я сомневаюсь, что ее вдохновит плакат с надписью: «ВИЧ: проверься бесплатно уже сегодня». Она открывает рот, но ничего не говорит. В этот момент я аккуратно откладываю лопату для копания своей ямы и заменяю ее экскаватором: «Вы играете друг с другом перед, эм, проникновением?» В тот момент, когда эти слова вылетают из моего рта, я хочу навсегда забрать их обратно.

Она смотрит на меня, в ужасе от слова «проникновение», употребленного в ее адрес. Почему эта десятиминутная консультация до сих пор не закончилась? У меня по шее струится пот. Если бы профессиональные границы можно было на секунду раздвинуть, я сказал бы все как есть, но, к сожалению, это невозможно. Она еще не ответила на мой вопрос об их играх, хотя теперь я понимаю, что не хочу слышать ответ. Консультация зашла в тупик. Жаль, что Грэга здесь нет. По крайней мере, нам было бы о чем поговорить, если бы он сидел здесь, расставив ноги на полтора метра. Возможно, он даже знает Кева, нашего инструктора по оказанию неотложной помощи, с которым мы встречались в прошлом июне.

Я беру себя в руки и выключаю двигатель экскаватора. Самым профессиональным, асексуальным и отстраненным тоном я даю Лее три рекомендации. Во-первых, попробовать другие способы близости, например… (двигатель снова заводится). Я замолкаю, понимая, что мы не в той обстановке, чтобы давать конкретные советы о сексе. Вместо этого я говорю: «Те, которые будут комфортны как для вас, так и для Грэга». Во-вторых, использовать вагинальные смазки, которые снизят трение. В этот момент наш зрительный контакт обрывается. В-третьих, подробно обсудить проблему с близкой подругой за чем-нибудь алкогольным (возможно, это самый важный совет из трех). По сути, подруга произнесет неотредактированную версию моих профессиональных

советов, данных со дна вырытой мной ямы. Примечательно, что Лея уходит, вполне довольная этими тремя советами.

Кто бы мог подумать, что в этот четверг во время дневного приема я открою в себе сексолога?

Пятница, 2 ноября

У бедняжки Уильяма сегодня первые прививки! Однако для меня это плюс, потому что я работаю только полдня. Хороший компромисс. В конце концов, мы с Элис делали для него все в первые восемь недель его жизни. И что мы получаем в ответ? Он будит нас каждые три часа, плача и требуя еды. Он положил нашу социальную жизнь в неглубокую могилу, а сексуальную – в очень глубокую. Таким образом, он может потерпеть несколько уколов, чтобы подарить мне свободную половину дня.

Как раз в тот момент, когда я собираюсь выключить компьютер и встретиться со своей семьей в клинике Уильяма (он не может посещать папину клинику, поскольку это приведет к очевидному конфликту интересов; по той же причине терапевты, включая меня, должны наблюдаться в другой клинике), в моем кабинете раздается звук входящего электронного письма. Испытав незнакомое мне чувство цифрового усердия, я решаю его прочесть. Поверить не могу! Это ответ ортопеда Стэнли на тему отмены операции по замене коленной чашечки. Он извинился за отмену операции, сославшись на нехватку свободных коек (а это не проблема Стэнли), и назначил операцию через две недели.

Я чувствую себя обязанным позвонить Стэнли и сообщить ему хорошие новости. Ортопед явно чувствовал свою вину, поскольку опередил меня и уже позвонил ему. Я говорю Стэнли, что ортопед чувствует себя охрененно виноватым. Как и я, Стэнли любит ругательства, и мы оба торжествующе смеемся. Он благодарит меня за написание гневного письма, но я объясняю, что в благодарности нет необходимости, поскольку мне было приятно это сделать.

Иногда мне кажется, что я не делаю достаточно для пациентов, поскольку мои руки связаны либо ограничениями, установленными Национальной службой здравоохранения, либо большой рабочей нагрузкой, либо слишком долгим ожиданием приема (или всеми тремя аспектами сразу). Я научился с этим мириться. Новость, которую я получил сегодня, великолепна: мне удалось, так сказать, ослабить узлы хотя бы для одного пациента. Когда разговор завершается, я с улыбкой на лице выключаю компьютер и иду наблюдать за тем, как улыбка исчезает с лица Уильяма.

Воскресенье, 4 ноября

Катать коляску со спящим Уильямом, пока Элис заслуженно дремлет дома, удивительно приятно. В солнечный, но холодный выходной я в окружении городского шума обхожу неровные места на тротуаре, чтобы Уильям не проснулся. Малыш был очень возмущен несколькими прививками, которые сделали ему в пятницу, и отомстил нам парой нелегких ночей.

> Я не делаю для пациентов всего, что могу, – мои руки связаны Национальной службой здравоохранения.

У нашей прогулки есть и альтернативная цель: мне нужно подумать. Понимаете, проведенная в прошлом месяце оценка моей работы (простите, что я снова поднимаю наболевшую тему) повлекла за собой глубокий самоанализ и размышления. Этот самоанализ словно открыл шлюзы, оставив меня с Ноевым ковчегом мыслей. Странно, но я наконец-то получил так много положительных эмоций от процесса примирения с критикой, призванной сделать из меня лучшего терапевта, что стал уделять больше внимания главному аспекту своей жизни: Элис и Уильяму, то есть семье. Я спрашиваю себя: как я могу сделать нашу жизнь лучше? Как гром среди ясного неба мне приходит в голову мысль переехать из города в сельскую местность. До этой секунды подобная идея не посещала меня в столь

оформленном виде. Она похожа на новые туфли: сначала они неудобные и непривычные, но через некоторое время становятся удивительно комфортными.

Однако я люблю свой город. Я здесь родился, и здесь меня вырастила моя замечательная семья. То же самое можно сказать об Элис. Мы шутим, что мы городские крысы, урбанизированные до мозга костей. Так откуда же взялись мысли оставить позади все, что мы знаем? Может ли это быть коленным рефлексом[17] (Элис всегда говорила, что я им знаменит) в ответ на несколько особенно сложных месяцев на работе? Или, возможно, семена переезда хранятся во мне дольше, чем я думал? Побуждающие факторы коварно сотрудничали друг с другом последние шесть месяцев. Похоже, сама судьба заявляет о себе.

Я улыбаюсь, проходя мимо другого отца, который тоже катит по парку коляску со спящим ребенком. Я делаю глубокий вдох и погружаюсь в размышления. Плюсы переезда кажутся мне очевидными, когда я задумываюсь о них. В деревне мы… Я останавливаюсь. Нужно все это записать. Мы с Уильямом сворачиваем с дорожки и направляемся к ближайшей скамейке. Я достаю листок бумаги и пишу.

Плюсы:

1. Мы сможем позволить себе дом большего размера.

2. У Уильяма будет много места во дворе, где он сможет играть и гулять.

3. Более низкая стоимость жизни.

4. Больше возможностей для занятий гольфом (я не скажу об этом Элис).

5. Более спокойный темп жизни и больше времени наслаждаться простыми вещами.

6. Недорогие детские сады.

7. Я наконец-то смогу завести собаку (представляю, как Уильяма будет таскать за собой рыжий лабрадор).

8. Новые профессиональные вызовы: в сельской местности есть множество препятствий, начиная от изоляции пациентов и заканчивая доступом к услугам (вспомните миссис Грей, попавшую в аварию в прошлом месяце).

9. Мы станем частью маленького сплоченного сообщества (в городе такого нет).

Я на секунду прерываюсь, удивляясь, как много плюсов я нашел. Раньше они сидели у меня в голове, а теперь обрели свободу вместе с моим потоком сознания. Я начинаю размышлять о факторах, которые побуждают меня переехать из города в сельскую местность.

1. Необходимость потратить тысячи долларов, чтобы приобрести новое жилье в городе, которое будет лишь на несколько жалких квадратных метров просторнее.

2. Давление, которое иногда оказывает городская жизнь (ты осознаешь это только во время поездок за город, таких как наша поездка на озеро в прошлом июле).

3. Растущее давление на городских терапевтов, его влияние на личную жизнь, а также уровень стресса (хотя, честно говоря, я не знаю, будет ли в сельской местности иначе).

4. Высокий уровень преступности в том месте, где мы живем. Ощущение безопасности отсутствует.

Обо всем этом нужно поразмыслить. Я засовываю бумажку в карман джинсов, встаю, заворачиваю за угол и качу коляску по дорожке, ведущей к нашему дому. Из-под темно-красной крыши коляски раздается писк.

«Я знаю, что ты там, дружок».

Этот маленький мальчик изменил мой взгляд на мир.

Вторник, 6 ноября

Прекрасное начало недели: я наконец убил второй горшечный цветок, который купила мне Элис.

Уильям, тебе не повезло с отцом.

Возможно, мне стоит сказать, что цветок умер от шока после Ночи фейерверков. Это звучит лучше, чем смерть от хронического обезвоживания.

Среда, 7 ноября

Элизабет всего 13, но она очень уверена в себе. Девочка сидит напротив меня со своим отцом Эндрю, пристойно положив руки на колени. Она ведет себя достойно. Похоже, она вполне расслаблена. Я рассматриваю ее: идеально отглаженная одежда, хорошо сочетающаяся между собой, гладко зачесанные назад волосы и телефон, положенный четко перпендикулярно краю моего стола. Возможно, все зависит от поколения, но, когда мне было 13, я выглядел как персонаж из «Оливера Твиста», несмотря на все усилия моих родителей.

Я начинаю прием с вопроса: «Чем я могу вам помочь?» Этот вопрос хорош в любой профессии, связанной с обслуживанием клиентов, в том числе и моей. Как терапевт я очень редко могу догадаться, с какой проблемой пришел ко мне человек (однако это делает мою работу интереснее). Кроме того, я хочу предоставить Элизабет свободу рассказать, что ее беспокоит. Последние несколько недель у нее болит живот. Я киваю, побуждая продолжать рассказ, но, погружаясь в ее проблему, понимаю, что мне предоставляют очень мало информации. На самом деле почти никакой.

Я прошу ее повторить. Терапевты пользуются этим приемом, когда они сбиты с толку, в чем-то сомневаются или ненадолго отвлекаются. Проблема существует уже несколько месяцев. Боль усиливается после быстрого приема пищи, а затем стихает. Она одинаковая в выходные и в будни (это важно, поскольку если боль появляется только в школе, то она может свидетельствовать о тревожности или быть связанной со стрессом; кроме того, ее может вызывать паршивая школьная еда). Забросив клиническую удочку и ничего не выловив, я решаю спросить, чем девочка занимается вне школы.

Гимнастикой. Очень активно. Шесть раз в неделю. Элизабет говорит, что особенно хорошо у нее получаются упражнения с лентами. Я понятия не имею, о чем она говорит, но не признаюсь в этом. Эндрю слегка кивает мне, словно играя со мной в невербальную клиническую версию игры «горячо – холодно». Что интересно, консультация длится уже пять минут, а я только сейчас начинаю понимать язык его тела. Он словно говорит: «Я очень хочу сказать вам, что именно меня беспокоит, но боюсь подвести свою дочь». Он не сводит с меня глаз. Собрав историю болезни, я проверяю жизненные показатели Элизабет и непринужденно предлагаю взвесить ее в рамках осмотра. Это очень важно, поскольку мы должны убедиться, что из-за своих тренировок она не теряет слишком много веса, не переутомляется, а также не повышает риск болезней и травм. Она не хочет взвешиваться. Бинго! Эндрю говорит, что у них дома больше нет весов, поскольку они ее расстраивают.

Терапевты просят что-то повторить пациента, когда сбиты с толку или в чем-то сомневаются.

«Какой ты видишь себя, когда смотришь в зеркало?» – спрашиваю я. Если учесть, что у тринадцатилетней девочки абсолютно нормальная фигура и, если судить визуально, здоровый вес, ее ответ становится для меня большим красным флагом: «Толстой». Такому ответу может способствовать бесчисленное количество причин: социальные сети, реклама, журналы, знаменитости, мнение сверстников и, к сожалению, даже любимый ею спорт. Я не собираюсь сейчас менять ее восприятие своего тела. Во взгляде Эндрю читается смесь боли и облегчения: Элизабет наконец раскрыла карты. Общение с детьми такого возраста напоминает катание на коньках по тонкому льду: чуть больше давления, и игра окончена. Несмотря на свой юный возраст, Элизабет стремится все контролировать, в том числе внешний вид своего тела.

Хотя такой результат вполне объяснимо не удовлетворяет Эндрю, я завершаю консультацию, не предприняв никаких активных действий. Мне нужно, чтобы Элизабет доверяла мне, поскольку это наша первая встреча. Я запишу ее на повторный прием в ближайшее время и продолжу изучать ее проблему (я предложу ей поговорить со мной наедине, поскольку ей, возможно, есть что рассказать, но она не хочет делать это при родителях по множеству причин).

Сейчас, однако, я не буду погружаться в мир расстройств пищевого поведения. Юная девушка испытывает такое же давление, связанное с внешним видом своего тела, как и многие ее сверстники. Не стоит забывать, что подростки также переживают значительные физические и эмоциональные перемены. Да, Элизабет в опасности, но одна из задач терапевта состоит в том, чтобы отличить естественные эмоции и их восприятие от патологических.

Пока проблему Элизабет не следует медикализировать. Сначала она должна убедиться, что мне можно доверять. Завершая консультацию, я не могу не задаться вопросом, сочтут ли мои старшие коллеги это решение нерациональным, нетрадиционным и односторонним.

Возможно.

Четверг, 8 ноября

Если бы я мог загадать какое-нибудь желание, то загадал бы, чтобы пациенты плотнее закрывали крышки на банках с мочой, прежде чем отдавать их мне. Я стою и зачарованно наблюдаю за тем, как три стратегически разложенных голубых бумажных полотенца активно впитывают мочу незнакомца из глубин моей клавиатуры. В конце долгого дня я осматриваю свой кабинет в поисках вдохновения.

Нашел! Коробка, где хранятся банки с образцами кала.

К счастью, на клавиатуру упала не одна из них.

Воскресенье, 11 ноября

Сегодня я проснулся и увидел, что мою машину снова поцарапали. Это точно сделал кто-то из местных придурков. Мне нужно следить за машиной внимательнее. Но что можно сделать? Избить хулигана? Вряд ли у меня это получится. Я же едва дотягиваюсь до пальцев на ногах и точно не смогу нанести хороший удар. Возможно, это сделал кто-то из пациентов. Как было бы иронично! Вот и еще один фактор, подталкивающий к переезду за город. Моя семья, как и любая другая, не должна чувствовать себя в опасности, выходя за порог нашего жилища.

> Я бы очень хотел, чтобы пациенты плотнее закрывали крышки баночек с их мочой.

Остаток дня мы с Элис спорим о том, что нам следует сделать: остаться в городе или решиться на сельское приключение (эти споры продолжаются с того дня, как мысль о переезде пришла мне в голову). Неудивительно, что мы до сих пор не приняли окончательного решения (его гигантский вес парализует нас). Вместо него мы включаем потрясающую классическую песню The Clash «Should I Stay or Should I Go» и танцуем на кухне.

Уильяму песня нравится.

Вторник, 13 ноября

Люди иногда кладут на мой стол самые неожиданные вещи. Однако мертвая мышь, завернутая в пищевую пленку, – это что-то новенькое. Миссис Чамберс заливается слезами. Сейчас только 09:10, и до конца консультации еще есть время, поэтому я решаю замедлить темп и позволить ей выплакаться. Я перечитываю список дел, пока она рыдает, положив голову на стол рядом с мертвой мышью.

Когда ее рыдания стихают, я задаю первый вопрос: это питомец или вредитель? Миссис Чамберс смотрит на меня так, словно я

только что поинтересовался, нужна ли ей помощь психолога в преодолении горя.

«Вредитель, разумеется!»

Она качает головой, не веря, что я задал подобный вопрос, и, еще несколько раз всхлипнув, все же берет себя в руки. Похоже, пришло подходящее время, чтобы убрать мертвую мышь с моего стола.

«А теперь, пожалуйста...» – добавляю я с улыбкой.

Миссис Чамберс делает то, о чем я попросил, хотя при этом она выглядит несколько оскорбленной. Я завороженно наблюдаю за происходящим, не в силах даже представить, как человеку может прийти в голову принести мертвую мышь на прием к терапевту. Что интересно, она кладет завернутую в пленку мышь обратно в сумочку, а потом достает оттуда бутылку воды и делает глоток.

Гигиена на первом месте.

Теперь, когда тело погребено в сумке миссис Чамберс, я слушаю жалобы о том, что в ее арендованной квартире полно мышей и ей пришлось уже дважды обращаться в городской совет, поскольку владелец квартиры ничего не предпринимает. Это одна из тех консультаций, когда я ничего не пишу в карту, поскольку пока ни одна из медицинских проблем не названа. Пока я узнал лишь то, что у миссис Чамберс нет никакого представления о гигиене. Это не диагноз, а человеческая особенность.

Я ерзаю в кресле и бросаю взгляд на часы, чтобы понять, как долго мне еще терпеть. Наконец причина, по которой пациентка пришла ко мне, становится ясна.

«Мне нужно, чтобы вы написали в городской совет».

Прежде чем твердо ответить: «Нет, спасибо, миссис Чамберс», я даю ей возможность объяснить, почему писать туда должен я. Похоже, она считает, что все терапевты обладают какими-то магическими способностями, которые заставят городской совет, арендодателя и санитарные службы незамедлительно взяться за дело. Это не первое мое родео из серии «вы должны написать

письмо», и я с пониманием киваю, прежде чем сказать, что я не буду этого делать.

Почему? Все просто. Потому что это не входит в мои гребаные обязанности.

Миссис Чамберс слушает меня с открытым ртом, когда я сообщаю ей эту новость. Однако я все же более тщательно подбираю слова.

«Нет?»

Я медленно качаю головой.

«Нет».

Она, как и многие, ошибочно полагает, что при наличии любой проблемы нужно обращаться к терапевту и он все решит. Я врач, но миссис Чамберс говорит, что хочет использовать меня в качестве рычага.

Я вам не рычаг!

Она снова начинает всхлипывать. Я издаю внутренний стон. Не желая показаться ей совсем уж черствым, но при этом не соглашаясь на ее условия, я направляю ее в местные организации, включая Бюро гражданских консультаций. Разумеется, я завершаю консультацию наиболее очевидным предложением: «Миссис Чамберс, просто уходите!»

Среда, 14 ноября

Тери 54 года, и она мой любимый алкоголик. Это связано с тем, что, несмотря на неудачи, она никогда не прекращает борьбу. Людям, оказавшимся во власти зависимости, крайне трудно отказаться от алкоголя. Постороннему человеку невозможно понять мучения, которые они испытывают. Я поддерживал ее на пути к трезвости более двух лет. Каждый раз, когда наши пути пересекаются, история развивается похожим образом: сначала Тери переполняет уверенность, однако затем ее уверенность разрушается неприятным жизненным событием или травмой. Иногда не имеет значения, сколько у человека было встреч Анонимных Алкоголиков (или аналогичных собраний), сеансов психотерапии, курсов лекарств

и приемов у терапевта. Если его решимость воздерживаться от алкоголя ослабевает хотя бы на секунду, человек может снова впустить спиртное в свою жизнь.

Я просматриваю записи всех своих консультаций с Тери, прижимая к уху телефонную трубку и ожидая от нее ответа. Я звоню ей уже третий раз за сегодня, поскольку она не пришла на личную консультацию. Сегодня мой моральный компас особенно силен, поскольку я изможден после трудной ночи с Уильямом (у него, похоже, сломался выключатель), и, так как прием уже завершился, мне пора ехать домой. На самом деле он завершился уже давно. Уже почти 19:00, но я хочу удостовериться, что с Тери все в порядке. Кроме того, я знаю, что мы с ней от души посмеемся, поскольку в плане юмора всегда на одной волне.

> Моей пациентке 54 года и она алкоголик. Я ее люблю за то, что она даже не думает прекращать борьбу с зависимостью.

Пока я жду, захожу в личную почту. Куча спам-писем от очередного африканского принца, желающего поделиться со мной своими несметными богатствами. Чтобы избежать налоговых проблем, ему СРОЧНО требуются мои банковские данные для перевода средств. На какие сайты я заходил, чтобы мне начало приходить это дерьмо?

«Да, доктор!»

Мой мыслительный процесс резко обрывается. Похоже, она находится в каком-то шумном месте. Вина ощущается даже через трубку, когда я спрашиваю, где она. Она слишком долго колеблется. В идеальном мире сегодня, спустя 10 дней после нашей последней встречи, Тери должна быть на седьмом дне сокращенного потребления алкоголя (я уже сбился со счета, сколько раз мы это делали). В реальном мире она явно находится в пабе.

«Я пью безалкогольное пиво, честное слово».

Ее слова не соответствуют тому, что я слышу. Мы оба прекрасно понимаем, что в пабах, где она бывает, не знают, что такое безалкогольное пиво.

«Но у меня день рождения!» – протестует она.

Я объясняю Тери, что у меня есть ее личные данные и что если она не превратилась в королеву с двумя днями рождения, то празднование на четыре месяца запоздало.

«Я начну со следующей недели, обещаю. Мне пора идти. Спасибо, Макс!»

После этого разговор обрывается. Очередная битва проиграна, но мы должны победить в этой войне. Тери, выпей за меня в твой новый день рождения.

Четверг, 15 ноября

Только что столкнулся с доктором Филом. Он спросил, нормально ли я себя чувствую после оценки моей работы, проведенной в прошлом месяце. Мне показалось, что он искренне переживает. Вероятно, во время нашей прошлой встречи я выглядел так, словно меня лишили гордости, достоинства и веры в себя. Как я уже говорил, моя реакция была слишком эмоциональной. И, хотя я точно не знаю, как я себя чувствую, я киваю ему.

«Лучше не бывает, босс».

Этот разговор вновь напоминает мне о важном вопросе – о переезде.

Достаточно ли в городе плюсов, чтобы остаться, или в сельской местности слишком много преимуществ, чтобы их игнорировать?

Я вызываю следующего пациента. Как бы то ни было, одно можно сказать наверняка: пятилетняя Джесси с ушной болью вряд ли ответит мне на данный вопрос.

Пятница, 16 ноября

«Вы есть в “Твиттере”? Я вас добавлю».

Кто спрашивает об этом своего врача? Вы что, серьезно?!

Понедельник, 19 ноября

Это будущий заголовок «Дейли мейл». Я перевожу взгляд с компьютера на мистера Уэллса, терпеливо ожидая, когда его запишут на консультацию к отоларингологу (ухогорлоносу). Я выдыхаю и снова смотрю на экран. Потом опять на мистера Уэлса и вдыхаю. «Вряд ли вам это понравится». Его плащ скрипит, когда он откидывается на спинку стула. Может, он работает волонтером в местном отделении «Оксфама»? Я почти уверен, что купил именно у него несколько книжек для Уильяма. Однако разговор на эту тему лучше отложить на другой день, учитывая бомбу, которую я собираюсь бросить.

«Что ж, – начинаю я, не решаясь продолжить. – Следующее свободное окно 24 мая… 2019 года».

Сейчас мне ужасно стыдно за Национальную службу здравоохранения. Мистер Уэллс не двигается ни на сантиметр. Он просто моргает и, нахмурившись, опускает глаза. Его мозг обрабатывает срок. Думаю, если я с оптимизмом скажу ему, что кто-то из других пациентов, возможно, откажется от консультации в течение этих шести месяцев, то я высыплю ведро рафинированной соли на его свежие раны. Зная, что последует дальше, я стараюсь поудобнее устроиться в кресле, но понимаю, что оно вовсе не удобное. Я мысленно отмечаю, что мне стоит попросить менеджера Джаспера купить мне одно из тех больших кожаных кресел с высокой спинкой.

Итак, мы приступаем к брюзжанию.

Мистер Уэллс вступает. Обычно все начинается с полного отрицания того, что такое время ожидания возможно. Недоверчивый смех дополняет его заявление. Затем в нем просыпается гнев. Сначала он винит правительство, потом Национальную службу здравоохранения и, наконец, меня (это удобно, ведь я сижу перед ним). Он упоминает, что платит налоги (обычно все об этом говорят).

Я киваю в знак того, чтобы он продолжал. Далее идет торг. Этим он ничего не добьется, но я все равно слушаю и объясняю, что даже если бы я написал супер-пупер-особенное письмо о том, что ему требуется срочная консультация по поводу хронической рецидивирующей ушной инфекции, то это не ускорило бы процесс. Затем он дуется и пытается вызвать у меня чувство вины. Говорит, что его жизнь будет поставлена на паузу, пока он ждет консультации отоларинголога. Если бы я был чуть менее опытным и работал терапевтом первый год, то, возможно, прогнулся бы и дал обещания, которые не смогу сдержать. Теперь, когда у меня за плечами три года в профессии, я знаю, что прогибаться под пациента не вариант: мои руки связаны, как и его. Наконец, застегнув плащ и закинув сумку на плечо, мистер Уэллс кивает мне и говорит: «Ну, что поделаешь». Он вошел в стадию принятия. Я улыбаюсь и провожаю его.

Иногда самое сложное для терапевта – это не прогнуться под пациента. В нас заложено желание помочь и сделать все возможное, но действительность такова, что приходится умерить свой пыл. Мы должны действовать рационально, не терять связь с реальностью и управлять ожиданиями пациента, каким бы трудным ни был разговор. Заполняя медицинскую карту, я понимаю, что путь, который мы прошли с мистером Уэллсом, отражает пять теоретических стадий горя Кюблер-Росс: отрицание, гнев, торг, депрессия и принятие. У меня болит голова.

Мне потребовалось время, чтобы усвоить урок о том, что находится под моим контролем, а что нет. Однако мне все равно очень тяжело мириться с разочарованием и гневом, которые испытывает пациент по отношению к системе, которую я не контролирую. У меня появляется ощущение, что я недостаточно стараюсь. По сути, у меня возникает чувство, будто кто-то сказал, что разочарован во мне, а мы все знаем, как глубоко это может ранить.

Терапевту бывает очень сложно прогнуться под просьбы пациента, несмотря на большое желание ему помочь. Приходится мыслить рационально.

Мой следующий пациент задерживается, и у меня есть минутка, чтобы продолжить поиск средств от царапин на автомобиле.

Вторник, 20 ноября

Получил письмо от менеджера Джаспера. Очевидно, он не собирается покупать для меня большое кожаное кресло с высокой спинкой, как у сильных мира сего, потому что я не лорд Алан Шугар из шоу «Ученик». Однако он согласен найти мне подушку.

Победа!

Четверг, 22 ноября

Любопытно! Я просматриваю карту Пэтси. Честно признаться, я даже не в курсе, как у нее дела. Последний раз мы виделись более четырех месяцев назад. Я пытаюсь вспомнить нашу последнюю встречу.

Ах да! Я был у нее дома и обнаружил интертриго между складками ее живота.

Понятия не имею, почему она избегает меня так долго, она просто потрясающая! Я должен навестить ее в скором времени, чтобы узнать, как она себя чувствует, и получить дозу ее невероятно солнечной энергетики.

Я просматриваю записи о консультациях и телефонных звонках других терапевтов и социальных работников, которым я сообщал о Пэтси. Такое иногда происходит в терапии: вы активно взаимодействуете с пациентом, а потом он просто исчезает с радаров. Это может быть связано с рядом причин. Вы уходите в отпуск, а он попадает в больницу. Но часто причина в том, что вам становится очень трудно уследить за всеми тарелками, которые одновременно вращаются в воздухе.

У меня, как и у любого другого терапевта, просто слишком много пациентов, чтобы я мог еженедельно принимать активное участие в их жизни.

Я набираю номер руководителя местного сообщества эрготерапевтов[18]. Спустя пять минут разговора с эрготерапевтом Беном у меня создается впечатление, что я участвую в шоу «Хрустальный лабиринт». Нам предстоит разгадать следующую головоломку: как взвесить пациентку, если она не может подняться с постели, а у бригады скорой помощи не получается пронести ее через дверной проем, чтобы поместить на весы для крупных животных из зоопарка (я не шучу). Сообщество эрготерапевтов не может установить потолочный подъемник, пока Пэтси не взвесят, поскольку она, вероятно, очень близка к предельно допустимому весу. Это означает, что она может сорвать потолок, если ее точный вес не будет определен.

Опять же, такому в медицинской школе не учат.

Я вспоминаю клевые телешоу, где пожарные долбят дыры в стенах домов и извлекают тучных людей с помощью крана. Я соглашаюсь с Беном, когда он сухо говорит, что городской совет вряд ли поблагодарит нас за это.

Я гадаю, как такое вообще могло произойти. Как человек разъелся до такой степени, что оказался в домашнем заточении?

Не прерывая разговор, я снова открываю карту Пэтси, чтобы посмотреть, есть ли относительно недавние данные о ее весе, которые можно было бы принять. Нет, в последний раз ее взвешивали два года назад, когда она лежала в больнице. Я говорю Бену, что понятия не имею, как нам поступить. Возможно, нам даже придется пригласить специалистов скорой помощи и пожарных и организовать что-то вроде мультидисциплинарного совещания. Однако я не имею ни малейшего представления, как нам сделать нечто-то подобное, особенно если учесть, что сейчас 16:50 и с моей последней чашки кофе прошло три часа. Итак, я говорю Бену, что перезвоню ему позднее.

Я качаю головой, разочарованный тем, что не могу решить проблему. Поскольку на данный момент у меня нет идей, я решаю, что мне, возможно, стоит обратиться в «Хрустальный лабиринт» за советом.

Пятница, 23 ноября

Обстановка в клинике накаляется. По слухам, один из врачей-партнеров ушел с работы из-за длительного стресса (это неофициальная версия). Кроме того, в следующем месяце состоится обязательное для посещения собрание терапевтов, на котором будет обсуждаться рабочий климат в нашей клинике. Это будет либо очень вежливый британский спор, либо поединок между несколькими терапевтами.

Прямо сейчас, учитывая наши с Элис споры о городской жизни и работе, я не знаю, к какой стороне я бы примкнул.

Суббота, 24 ноября

Я наслаждался выходными до сегодняшнего вечера, когда Элис меня отчитала. Мы взяли Уильяма на его вторую свадьбу. Отвечал за него я (первая ошибка Элис) и потому решил носить его в слинге, чтобы он мог спать у меня на груди. На свадьбе был организован фуршет, и гости не сидели за столами. Господи, нам подали вкуснейшую говяжью грудинку с хреном, которой я никак не мог насытиться! Однако есть было настолько неудобно, что, похоже, не вся еда попала ко мне в рот. Когда Элис вытащила спящего Уильяма из слинга, чтобы переложить в машину, она увидела на нем половину еды, взятой мной со стола.

Она не оценила мою шутку о начале прикорма в 11 недель. Несомненно, позднее меня ждет очередная ЛВП (лекция в постели) – стандартная процедура, к которой прибегает Элис, когда я не проявляю угрызений совести.

Вторник, 27 ноября

«Какой ужасный подарок для самой себя», – хочу я сказать Рейчел. Она рыдает, уткнувшись в стену моего кабинета. До нее здесь никто не обливал слезами стены. Обычно это письменный стол – гораздо более удобный вариант. Я сижу молча, изможденный (снова, я знаю). Рейчел – последний пациент, которого я обязан принять как дежурный врач. Она на секунду прекращает рыдать, поворачивается ко мне и говорит, что она точно убьет себя в субботу, первого декабря, в ее день рождения.

Я медленно поднимаюсь со стула и присаживаюсь на свой стол, ухватившись руками за его край. Я спрашиваю, почему она собирается это сделать. Потому что она чувствует себя ужасно. Она ненавидит свою жизнь. Ее парень не только бросил ее, но и признался, что много раз изменял. Она ненавидит свою работу в супермаркете, и ей объявили выговор за постоянные опоздания. Она ненавидит место, где она живет, поскольку соседи очень шумные. Я не перебиваю ее, позволяя ей выговориться.

Я бросаю взгляд на записи в ее медицинской карте. Рейчел приходила ко мне несколько раз за последние два года. Она страдает тяжелой депрессией и состоит на учете у психиатра. Она пробовала несколько типов разговорной психотерапии и прошла несколько циклов самых распространенных антидепрессантов, прежде чем перейти на более экзотические антипсихотические препараты, назначенные психиатром. Я также знаю, что у нее дважды была преднамеренная передозировка парацетамола и кодеина. Еще она резала булавкой руки и внутреннюю поверхность бедер, и ей пришлось наложить швы в отделении неотложной помощи местной больницы.

Она вовсе не притворяется. Ей действительно очень плохо.

Я протягиваю ей салфетки, бесплатно предоставленные Национальной службой здравоохранения. При их использовании кажется, что вы натираете лицо стеклом. Она вытирает глаза. Я сажусь, надеясь, что Рейчел последует моему примеру. Она так и делает. Спустя 10 минут с начала консультации мы наконец сидим

друг напротив друга и никто из нас не плачет. Прогресс. Я чувствую, как у меня в кармане вибрирует телефон: Элис хочет знать, освободился ли я, и он продолжает вибрировать до тех пор, пока не включается голосовая почта. Не нужно иметь медицинское образование, чтобы понять, сейчас мне не стоит показывать Рейчел, как счастливы мы с моей женой и ребенком (особенно теперь, когда меня простили после выходных). Она снова всхлипывает, а потом тихо говорит: «Я сделаю это». Я отвечаю, что верю ей.

Жестокая и неприкрытая правда заключается в том, что если человек хочет покончить с жизнью (за исключением случаев, когда по Закону о психическом здоровье его принудительно отправляют на круглосуточное наблюдение и/или лечение; однако даже это может оказаться неэффективным), вы не сможете его остановить. В ваших силах задействовать имеющиеся время и ресурсы, чтобы улучшить его психическое здоровье. Чтобы узнать, что подталкивает Рейчел к самоубийству, не нужно нанимать детектива: ее жизнь не такая, какой она хочет ее видеть. Теперь, когда парень бросил ее (хотя он, похоже, был полным мерзавцем), она не чувствует себя любимой. Это дерьмово для всех, но опасно для людей, страдающих депрессией. Я знаю, что у нее есть семья – сестра и отец, вырастивший ее в одиночку. И Рейчел их обожает. Кроме того, она недавно стала тетей. Я заговариваю с ней о новорожденной племяннице, и на ее лице появляется прекрасная улыбка. Затем она начинает плакать и говорит, что все это слишком тяжело для нее.

Если человек захочет умереть, вы не сможете его остановить.

Я не знаю, что она испытывает, поэтому не стану обманывать и говорить, что я хорошо ее понимаю. Вместо этого я говорю, что все сказанное звучит дерьмово и я сочувствую ей. Это правда. А затем я делаю то, что в моих силах: спрашиваю, позволит ли она мне помочь ей. Естественно, она отвечает, что никто не может ей помочь. Я не обращаю внимания на эти слова. Сейчас она находится в темноте, и,

какой бы яркий свет я ни направлял на нее, Рейчел все равно отвернется. Я прошу ее посидеть со мной, пока звоню бригаде экстренной психиатрической помощи. Она неохотно соглашается. Я наливаю ей воду в пыльный пластиковый стаканчик и отдаю последнюю шоколадку, которая должна была стать моей наградой за окончание дежурства, но Рейчел сегодня заслужила приз за Самый паршивый день.

Через 15 минут мне наконец удается связаться с бригадой. Психиатры хорошо знают Рейчел и соглашаются, что ей требуется срочная поддержка. Они встретятся с ней в течение сорока восьми часов и позвонят ей сегодня вечером. Я подчеркиваю, что помочь ей необходимо до дня рождения. После этого я иду по хорошо протоптанной дорожке, которой следую каждый раз, когда ко мне обращается пациент в кризисной ситуации. Я говорю, что надежда всегда есть, пусть даже маленькая. Я прошу ее не сдаваться и внести в список контактов номер местного телефона доверия для людей с психическими проблемами. И, наконец, вношу ее в список пациентов, которым я позвоню во время следующего приема. После этого она уходит. Очень надеюсь, что в следующий раз я увижу ее, а не отчет коронера.

Четверг, 29 ноября

Поверить не могу! Оказалось, что социальный работник Пэтси многого добилась, придя к ней сегодня утром. Она сразу же вызвала скорую помощь и отправила ее в больницу на основании того, что она слишком толстая, чтобы так жить. Я сомневаюсь, что это весомая причина для вызова бригады скорой помощи. Как бы то ни было, теперь Пэтси в больнице.

Самое удивительное не то, что у социального работника напрочь отсутствуют здравый смысл и эмпатия, а то, что бригаде скорой помощи все же удалось вытащить Пэтси из дома! Возможно, когда я приду к ней в следующий раз, то увижу в стене дыру размером с Пэтси. Быть может, отверстие будет заложено свежими кирпичами –

менее гламурная версия «Большого побега». Теперь, когда она находится в больнице, эрготерапевтам, вероятно, удастся взвесить ее.

Я вычеркиваю пункт «нужно взвесить Пэтси» из списка дел.

Пятница, 30 ноября

Разговариваю по телефону с миссис Талли и слушаю, что ее сиделки не просто остаются столь же дерьмовыми, как раньше, но и нарушают ее права как налогоплательщика. Все это не имеет смысла.

Возможно, мне следует сообщить ей, что если это ее звонок на Хэллоуин, то она опоздала на месяц.

Декабрь 2018 года

Понедельник, 3 декабря

Это лучшая трата двадцати фунтов на «Амазоне». Пока я оттираю с ножек Уильяма дерьмо, в которое он умудрился вляпаться, он завороженно смотрит на синих, красных и зеленых морских обитателей, которые проецируются на потолок. К слову, сейчас 04:27, и киты такого же размера, как морские коньки.

За последнее время я вымотался на работе и решил на неделю присоединиться к Элис в ее отпуске-декрете. Это значит, что сегодня, несмотря на позднее время, меня не мучает осознание того, что на приеме я буду изможденным, раздражительным и более злым, чем обычно. Через несколько часов у нас будет более долгий, чем обычно, завтрак с Элис и Уильямом. Мы проведем наш утренний ритуал с чаем, хлопьями и кормлением грудью в постели под передачу Криса Эванса на радио BBC 2.

Пока я засовываю непредсказуемую задницу Уильяма в подгузник, он смотрит на меня. Так терпеливо, что я не могу описать словами чувства, разрывающие мне сердце при виде моего мальчика, и они только усиливаются в ночной тишине. Мне интересно, о чем он думает. Я смотрю на часы: уже поздно. Или рано, зависит от восприятия. Поскольку Уильям, похоже, не против, мы решаем нарушить тишину и устроить очень раннее утреннее собрание мужского клуба. Я тихо включаю его любимую песню The Beatles «Twist and Shout». Он сходит по ней с ума: хлопает в ладоши перед лицом и беззубо улыбается от уха до уха. К сожалению, это для него слишком. Легкий запах дерьма разносится в воздухе.

Ничего, дружок, на этой неделе у меня полно времени.

Среда, 5 декабря

Ошеломленная Элис вытаращилась на меня. Признаться, я понимал, что мне не стоит это говорить. Я даю задний ход, но она

знает, что я говорил серьезно, ведь она хорошо со мной знакома. Она также пользуется своей способностью играть роль человеческого черного ящика (что удобно для нее, но не для меня) и дословно повторяет услышанное: «Ты хочешь, чтобы мы пошли выпить к соседям за углом и взяли с собой радионяню, чтобы Уильям продолжал спать дома? Один. В тринадцать недель». Когда она говорит это, я понимаю, что сморозил глупость. Серый козырек моей старой, но любимой бейсбольной кепки скрывает мои глаза, когда жена смотрит на меня.

Судья. Присяжные. Палач.

Интересно, чувствуют ли мои пациенты то же самое, когда говорят у меня на приеме что-то глупое? Я решаю сдержаться и не шутить о своем желании укрепить соседские отношения. Может, нам стоит приучать сына к независимости с раннего возраста? Нет? Похоже, еще слишком рано. Я применяю старую добрую практику терапевтов: стою, искренне киваю и пью в тишине. Элис смягчается (к счастью, она всегда это делает) и называет меня гребаным идиотом (я ее очень люблю). После этого мы отправляемся на вечернюю прогулку с Уильямом. Удивительно, что, работая терапевтом, усваиваешь уроки, связанные не только с медициной, но и с жизнью в целом. Я понятия не имел, что это много раз поможет мне избежать ссоры.

Одно лишь это стоит всех бесконечных дней обучения.

Четверг, 6 декабря

Уильям плавает передо мной, как картофелина за бортом грузового контейнера. Бедный мальчик немного ошеломлен и смущен из-за того, что мы примчались на занятие по плаванию на 10 минут позже. К счастью, это означает, что мы пропустили ужасно неловкие тридцать секунд, когда все родители поют приветственную песенку своим детям. Можно подумать, детям не все равно: они просто удивляются, почему ванна вдруг стала такой большой.

Работая терапевтом, усваиваешь уроки, связанные не только с медициной, но и с жизнью в целом.

Я объясняю нашему инструктору Хэл, что мы опоздали, потому что попали в пробку, хотя на самом деле во всем виновата Элис. Она подставила меня, и, вытирая водянистую соплю с лица Уильяма, я решаю, что поговорю с ней вечером. Она не предупредила меня, что втиснуть бедра Уильяма в водонепроницаемые шорты для плавания (они во всех отношениях похожи на шортики стриптизера, но с нарисованными рыбками) практически невозможно. Это особенно жестоко потому, что Элис сделала это преднамеренно.

Пока Уильям плавает в образе картофелины-стриптизера, я улыбаюсь другим взрослым, стараясь отвлечься от мысли о том, что мне пришлось нанести смазку на тело своего ребенка, чтобы втиснуть его в купальные шорты. Еще я чувствую вину за то, что надел на него обычный подгузник вместо специального подгузника для плавания.

Господи, я надеюсь, что он не впитает всю воду из бассейна!

Через двадцать минут урок завершается (к счастью, уровень воды в бассейне остался прежним). Я говорю «урок», хотя точно не знаю, чему я научился за £12. Я вполне уверен, что могу положить Уильяма в ванну и брызгать на его лицо водой гораздо дешевле. Когда мы выходим из бассейна, одна из мам говорит, что узнала меня. В моей глупой голове сразу возникает мысль, что ко мне клеятся. Однако я понимаю, как это маловероятно, ведь на мне обтягивающие линялые шорты с розовыми фламинго, которые разделяют мой живот на аккуратные рулеты из теста.

«Доктор Скиттл?»

Она сказала это громко. Я, ошибочно решив, что терапевт – это кто-то вроде рок-звезды, поворачиваюсь с дерзкой улыбкой, словно хочу сказать: «Ага, засекли меня!»

Макс, ты просто идиот!

Она представляется пациенткой нашей клиники миссис Уэстерн. Как мне повезло! Ожидая, пока она объяснит, чего, черт возьми, хочет, я качаю Уильяма на руках. Он замерз, проголодался и, сам того не подозревая, нуждается, чтобы с него сняли обтягивающие шорты с рыбками. Издаваемые им звуки становятся громче, что является признаком нарастающего возмущения. Он близок к истерике, и я прошу миссис Уэстерн немного поторопиться. Она хочет, чтобы я проверил пупок ее трехмесячного сына. Это скучно, но сложно. Не хочется быть козлом, я мог бы взглянуть на его пупок, но в качестве кого? Это классическая ловушка для терапевтов. Если я посмотрю на влажный уродливый пупок ее сына и решу, что с ним что-то не так, как мне следует поступить? Никак. Почему? Потому что я стою на краю бассейна с выцветших плавках и держу на руках сына. Если неформальная консультация пойдет не так (например, я ошибусь, а миссис Уэстерн обратится в суд и скажет: «Но доктор Скиттл сказал...»), то юридически мне будет не на что опереться. Такова печальная истина нашего сутяжнического общества. По той же причине все терапевты состоят хотя бы в одном из многих надежных медицинских юридических союзов, который поддержит их, если какая-то неожиданная ситуация вдруг произойдет (и они действительно происходят). У терапевтов высокий порог риска: любая ошибка сопровождается повышенной вероятностью судебного иска. Однако важнее всего то, что в такой обстановке пациент не получает хорошую и подробную консультацию.

В итоге я все же нагибаюсь и смотрю на пупок ребенка. Мне кажется, что он выглядит нормально, но я подчеркиваю, что его необходимо более внимательно осмотреть, когда он не будет пропитан хлорированной водой бассейна. Врач при этом должен быть полностью одет. По воле судьбы завтра будет прием без записи, поэтому я приглашаю миссис Уэстерн прийти в клинику. Теперь, когда урок завершен и миссис Уэстерн удовлетворена, мы с Уильямом убегаем в раздевалку.

Ради спасения наших жизней.

Воскресенье, 9 декабря

Какой чудесный недельный отпуск! Я чувствую себя великолепно. Мне кажется, что кто-то ворвался в мою жизнь и устранил все мои духовные проблемы. Равновесие восстановлено, работа и дом снова стали равными партнерами. Сидя на диване и учащенно дыша, я кладу потные предплечья на колени. Уильям смотрит на меня с игрового коврика. Из его рта вытекает струйка молочной отрыжки, а потом он начинает пищать без какого-либо повода. Иногда он бывает очень странным.

Тридцатисекундный интервал завершается, и я, несмотря на внутренний протест, снова беру двенадцатикилограммовую гирю и начинаю тягать ее. Я уже 15 минут тренируюсь под ролик на YouTube и стараюсь держать гирю крепко, чтобы случайно не разбить окно. И не раздавить Уильяма. Элис разозлилась бы на меня в любом случае. Кстати об окнах: я делаю все это отчасти из-за них. Неделя вдали от рабочего хаоса дала мне возможность поразмышлять о собственном жизненном окне. Я не планировал заранее. Это был коварный подсознательный процесс, набиравший обороты в течение недели. На работе я так много времени трачу на то, чтобы заглядывать в окна своих пациентов, что забываю о своем собственном. Не поймите меня неправильно, я не злюсь на себя за то, что не делал такого раньше. Это сопутствующий ущерб профессии терапевта в условиях огромной рабочей нагрузки. Моя работа наполнена шумом, злостью и эмоциями. Она с легкостью заставляет забыть о собственных потребностях до тех пор, пока вы не остановитесь, не вдохнете поглубже и не сделаете шаг назад.

Именно этим и стала для меня текущая неделя: шагом назад. У меня появилась возможность все переосмыслить, перефокусироваться и освежиться. Что я и сделал – переместил работу на последнее место в списке приоритетов, провел время с

семьей, встретился за пивом с друзьями и даже сводил Элис на свидание, впервые оставив Уильяма с няней.

Короче говоря, я жил. Мы жили.

Я сделал дома все, что так долго откладывал. Полки в детской успешно повешены, хотя мне потребовалось две попытки, мощеная дорожка в саду вымыта, а окна с внешней стороны сверкают. Я бросаю гирю на подушку на полу (Элис точно кастрировала бы меня, если бы я повредил наш деревянный пол) и падаю на диван. За эту неделю я понял еще кое-что: нужно следить за своим физическим, психическим и социальным здоровьем. По этой причине я сейчас тренируюсь и отныне буду делать это каждую неделю. Как и большинство людей на сидячей работе, я как терапевт должен бороться с желанием просидеть за столом весь день, поесть вредных полуфабрикатов и плюхнуться на диван дома. Ничто из этого не идет на пользу моему здоровью.

Это не идет на пользу никому.

Уильям продолжает лежать. Молочная отрыжка засохла у него на подбородке. Интересно, что он понимает о своей жизни? Ему скучно? Он хочет других родителей? Что он на самом деле думает, когда измазывается в дерьме? Я задам ему все эти вопросы, когда он подрастет. Скоро на ужин придут друзья, поэтому мне пора пойти в душ и одеться.

> Я так много сил трачу на проблемы пациентов, что забываю о своих собственных.

Все только что сказанное имеет отношение к борьбе с доминированием работы. Мы с Элис даже не возвращались к нашей саге о переезде, и финал пока неясен. Но неделя была замечательной. Посмотрим, получится ли у меня сохранить более здоровый и сбалансированный взгляд на жизнь в течение следующих месяцев и лет.

Пока остается лишь держать пальцы крестиком, пусть и следующая неделя будет хорошей.

Понедельник, 10 декабря

Теперь, после возвращения на работу, мне нужно в первую очередь позвонить Рейчел. Как оказалось, она пережила свой день рождения и пока еще не шагает беззаботно по дороге из желтого кирпича, но ей уже немного лучше, чем две недели назад. Рейчел ждет дальнейшей психиатрической помощи.

На данный момент о большем я и просить не смею.

Вторник, 11 декабря

Мне стоит держать дверь закрытой. Я слышу крик. Я слышу шум. Я слышу стук. Это было бы разумно. Однако как дежурный врач я понимаю, что весь хаос в зоне ожидания вот-вот бесцеремонно и без извинений ворвется в кабинет. Я решаю противостоять шторму и открываю дверь. Сара и Дэн, двое моих коллег, держат худощавого парня лет двадцати. Его ноги болтаются, как праздничная мишура во время урагана. Их глаза прикованы ко мне.

«Сегодня дежуришь ты, Макс?»

Я киваю, замечая полуулыбку на их лицах.

Сволочи.

Я думаю о том, что звонки миссис Талли нужно свалить на них.

Каждую неделю в обозримом будущем.

Все вместе мы затаскиваем пятидесятикилограммового обмякшего незнакомца в мой кабинет и кладем его на кушетку. Я глазею на него, однако без удивления. Он учащенно дышит, корчится, хватается за грудь и кричит, что его сердце вот-вот взорвется. Я еще ни разу не видел, как взрывается сердце, и, думаю, не увижу и сегодня.

Когда Сара и Дэн выходят из кабинета, прибегает администратор Салли с кислородным баллоном и чемоданом лекарств для оказания экстренной помощи. Я вижу на ее лице странное восхищение и

волнение, поскольку она, несомненно, думает, что впервые станет свидетельницей смерти.

«Его зовут Райан», – взволнованно говорит Салли. Она запыхалась, потому что бежала по лестнице. Она дает мне распечатанное краткое содержание карты Райана. Я просматриваю его, пока пациент продолжает разыгрывать передо мной свою смерть. И прошу сосредоточиться на дыхании: трехсекундный вдох через нос и трехсекундный выдох через рот. Он игнорирует меня и продолжает орать, что вот-вот умрет. Он не умрет. Я знаю это и говорю, что у него паническая атака и сердце не остановится, если, конечно, у него нет никакого редкого сердечного заболевания и он не вынюхал ведро кокаина.

Неизвестно, почему у него произошла паническая атака. Думаю, мы узнаем это, когда он успокоится (или умрет от редкого заболевания сердца). Я размышляю, стоит ли измерять его жизненные показатели, такие как частота сердечных сокращений, насыщенность крови кислородом, частота дыхания и артериальное давление, но решаю ничего не делать, поскольку все бесполезно. Его артериальное давление достаточно высоко, чтобы направлять достаточно крови к мозгу и мышцам, в противном случае он не смог бы кричать и извиваться. Для меня этого достаточно. Кроме того, частота его дыхания и сердечных сокращений в таком состоянии будут зашкаливать, и аппараты не нужны, чтобы убедиться в этом. Я прошу его спокойно полежать, поскольку меня беспокоит лишь то, что у него произойдет гипервентиляция, уровень углекислого газа снизится, он потеряет сознание, а потом упадет с кушетки и сломает шею.

> Я еще ни разу не видел, как взрывается сердце, и, надеюсь, не увижу впредь.

В таком случае мне будет непросто объяснить произошедшее в Генеральном медицинском совете.

Вопреки здравому смыслу, я даю ему дополнительный кислород через маску. Отчасти я делаю это ради того, чтобы ему было сложнее кричать. Затем, как и при большинстве случаев панических атак, я просто за ним наблюдаю. Я поощряю выполнение им дыхательных упражнений и стараюсь не быть слишком нетерпеливым (Элис говорит, что это мой недостаток). Проходит 15 минут, а Райану лучше не становится. Это интересно, ведь он наверняка выбился из сил. Я решаю еще немного подождать. Проходит тридцать минут, но ничего не меняется. Я проверяю список пациентов: семь человек ждут, когда их примут, а я застрял с ним. Пришло время фармакологически ускорить его выздоровление.

Я ввожу ему 10 миллиграммов диазепама. Через 15 минут Райан становится гораздо спокойнее (диазепам этому поспособствовал). Теперь он не кричит, что его сердце вот-вот взорвется, и мне удается получить от него чуть больше информации. Оказалось, он расстался с девушкой, с которой они встречались три недели (я серьезно), и он вышел из себя, когда сегодня днем она поставила на Facebook статус «в активном поиске». Сейчас он просто всхлипывает, что не угрожает его жизни, и я увожу его в пустой кабинет, где он сможет немного подумать. Это значит, что я смогу продолжать принимать других пациентов, но буду периодически заглядывать к нему и проверять, как у него дела. С каждым разом ему все лучше.

Бедняга.

Теперь, когда он полностью успокоился, я говорю ему, что хотя быть брошенным реально дерьмово и мы все это проходили, он непременно это переживет.

Если его сердце выдержит.

Четверг, 13 декабря

Сегодня группа терапевтов нашей клиники в WhatsApp разрывается от теорий заговора. Мы все получили электронное письмо от менеджера Джаспера, где сказано, что в понедельник

днем состоится двухчасовое обязательное собрание, на котором будет обсуждаться в том числе нравственность сотрудников.

Любопытно.

Пятница, 14 декабря

Конец недели. Если верить западным суевериям, пятница тринадцатое – несчастливый день. Однако я думаю, что это должна быть пятница четырнадцатое. Миссис Йорк разворачивает листок бумаги, на котором, несомненно, перечислены ее многочисленные недуги. Эта миниатюрная и скромная 61-летняя женщина, библиотекарь на пенсии, делает медленный вдох (я же задерживаю дыхание) и смотрит на листок, старательно разглаживая его.

Это ужасно нервирует. Она либо достанет топор, припасенный в ее эко-сумке из супермаркета, либо сделает то, что я предполагал. Наши взгляды встречаются, и я вздыхаю, смирившись со своим положением. А затем начинается блиц. Она торопливо зачитывает шесть разных проблем, практически не делая пауз для вдоха между ними: ее лекарства от диабета расстраивают желудок; уже шесть недель ее мучают головные боли, и ничем не получается их облегчить; у нее болит левая лодыжка, но только до одиннадцати утра; она боится, что теряет память; у нее в паху уже два года сыпь, и ее нужно проверить; и, наконец, у нее болит все тело (гвоздь программы и последний гвоздь в гробу любого терапевта).

Я хочу спрятаться в туалете для персонала, но вместо этого улыбаюсь, потому что это моя работа. Видите ли, проблема с блицем заключается в том, что врач не может уделить каждой проблеме пациента достаточно времени. Если посчитать, то получается, что на каждую можно выделить только сто секунд от десятиминутной (шестисотсекундной) консультации. Меня чертовски раздражает, что очередной пациент решил обсудить все свои недуги на одном приеме, считая, что врачу так удобнее. Я повторю еще раз, что ЭТО. НЕ. ТАК.

К счастью, благодаря трагическому прошлому опыту я разработал стратегию действий в подобных ситуациях. Я беру лист бумаги, делю его на шесть частей и говорю миссис Йорк, что услышал все, что ее беспокоит, но теперь, задавая вопросы, хочу слышать только краткие и четкие ответы. Никакой воды. Если она этого не сделает, то придется прийти еще на одну консультацию, поскольку сегодня у меня не хватит времени на все ее жалобы.

> Говорить терапевту, что у тебя болит все тело, – все равно что вбить последний гвоздь в крышку его гроба.

Она откидывается на спинку стула, удивленная моей реакцией, и кивает. Нам удается решить все ее медицинские проблемы за 15 минут, и потом мне остается лишь заполнить ее электронную карту. Неплохой результат. В реальности иногда приходится жертвовать душевными разговорами, чтобы успеть выполнить работу.

Воскресенье, 16 декабря

В эти выходные я водил Уильяма на приуроченное к Рождеству занятие по развитию сенсорики.

На самом деле это очередной МДМА (экстази) для младенцев.

Понедельник, 17 декабря

Что ж, в этом кабинете точно отсутствует дух Рождества! Мы на масштабном и долгожданном собрании терапевтов. Оно длится уже час двадцать. Пока мы услышали множество монологов из серии «Мне кажется, что…» в сочетании с поразительно неловкими паузами. Я бы сейчас многое отдал за телефонный разговор с миссис Талли и с радостью выслушал бы все ее многочисленные жалобы на сиделок. Тем не менее я решаю принять участие в собрании, поскольку, произнеся многословный монолог из серии «Мне кажется, что…», внесу свою лепту, а потом смогу сидеть сложа руки и слушать другие провальные выступления.

На собрании становится очевидно, что молодым терапевтам (и мне в том числе) кажется, что старшие коллеги их недостаточно поддерживают. Дементор отрывает несколько кусков плоти от самых уязвимых врачей и говорит, что они не собираются постоянно их обнимать и повторять, как они прекрасны. Глаза увлажняются, слезы капают.

Боже мой, это великолепно!

> Иногда приходится жертвовать душевными разговорами, чтобы успеть выполнить работу.

Я намеренно расположился в углу, чтобы передо мной открывался панорамный вид, откидываюсь на спинку стула и внимательно за всеми наблюдаю. Присутствующие выглядят одинаково.

Все несчастны, напуганы и унылы.

Я думаю об Элис и Уильяме, и все негативные чувства мгновенно растворяются в эфире. Разумеется, я никогда не признаюсь коллегам, но для меня все происходящее не имеет значения. Большого, по крайней мере. Я продолжаю так думать, пока доктор Фил спрашивает, чем старшие терапевты могут помочь. Сара и Ден предлагают ввести награды «Работник месяца» и «Лучший диагноз месяца», а также создать групповые беседы в социальных сетях. Я смотрю в окно и вздыхаю.

Как мы к этому пришли? Мы же стали американцами.

Когда собрание, спотыкаясь, подходит к последним минутам, как любовник на одну ночь, неуклюже ищущий второй носок, мои мысли снова устремляются в будущее.

Будущее с моей семьей.

Господи, да я так же сентиментален, как гребаные американцы!

Вторник, 18 декабря

До сегодняшнего дня я даже представить себе не мог, как можно попасть в неприятности, предложив ребенку наклейки за храбрость.

Сегодня я понял, что это возможно, если предложить не те наклейки. У меня стоит звон в ушах, когда миссис Праздник (веселая фамилия не должна ввести вас в заблуждение) читает мне лекцию о том, что я должен предлагать всем детям одинаковые наклейки и не следовать гендерным стереотипам.

Вау! Жестко.

Я воздерживаюсь от комментария о том, что ее сыну Фредди явно нравится выбранная им наклейка с Бэтменом, а ее дочери Софи – наклейка с принцессой Эльзой. Я предпочитаю избежать конфликта, поэтому признаю свою оплошность. Я извиняюсь и предлагаю каждому ребенку взять еще по одной наклейке, выложив перед ними их все. В итоге Фредди оставляет себе наклейку с Бэтменом и машинкой, а Софи берет две наклейки с принцессой Эльзой.

Среда, 19 декабря

Даже если у меня весь день будет свободен, я не смогу так безупречно погладить рубашку, не говоря уже о том, чтобы безукоризненно завязать галстук и сочетать с ним застегнутый на все пуговицы блейзер. А еще я не смог бы стоять настолько прямо. Перемещаясь по гостиной мистера Чимы, я остро ощущаю, что моя рубашка измята и не заправлена сзади, а на брюках засохла утренняя отрыжка Уильяма. Я также стараюсь держать спину прямо, понимая, что у меня отвратительная осанка.

Мистер Чима просто невероятен: он подходит и пожимает мне руку. Его глаза до сих пор горят. Он приглашает меня сесть, и я тихо присаживаюсь, поражаясь, как много жизни в этом человеке. В свои сто лет «и две недели» (это его дополнение) он выглядит на сорок лет моложе. Изначально я не собирался выведывать секрет вечной молодости во время визита к нему.

– В чем ваш секрет? – не могу я не спросить, представляя, свидетелем каких изменений в мире он стал.

– Нужно быть добрым и счастливым, – отвечает он без колебаний.

Немного разочаровавшись абстрактностью его ответа, я пытаюсь выведать более практичный секрет, например сыр или отдых на Бали. К сожалению, он отвечает, что нет. Обещаю себе это запомнить. Понимая, что до начала дневного приема осталось всего полчаса, я сразу приступаю к делу. С точки зрения медицины у мистера Чимы почти нет проблем. Учитывая его возраст, мне совершенно не хочется выискивать у него то, что может омрачить ему оставшиеся годы. Я пришел ради обычного профилактического осмотра, поскольку он давно не был у врачей. Удивительно, он до сих пор живет один, но раз в неделю к нему приходит помощница по хозяйству. Пока я восхищаюсь безупречной чистотой небольшой квартиры на втором этаже, тонометр говорит мне, что у него до сих пор артериальное давление 21-летнего олимпийского гимнаста. Однако, если копнуть поглубже, у каждого из нас всегда можно что-то найти. Как ни странно, я ощущаю спокойствие в его жизни благодаря множеству газет, книг и кроссвордов вокруг.

«Вы часто общаетесь с людьми?»

Этот вопрос царапает внешнюю облицовку мистера Чимы. Как оказалось, он уже много лет невероятно одинок. Он практически ни с кем не видится, поскольку рядом нет родственников (большинство из них уж мертвы, в том числе и его жена, скончавшаяся около двадцати лет назад), а современное общество он не признает и не понимает. Это огорчает меня по двум причинам: во-первых, этот человек еще многое может дать, а во-вторых, мы создали общество, в котором люди остаются одинокими, хотя большинство из нас живет в кирпичных клетках, стоящих друг на друге. Встречаясь с пациентами, я замечаю это все чаще, но мистер Чима еще полон жизни, и мне это нравится. Мы все можем вырвать листок из книги этого человека.

Он позволяет мне связаться с местной службой помощи пожилым людям, а также другими организациями, которые устраивают общественные мероприятия вроде утренних чаепитий, но я обещаю ему, что бывает и кое-что поинтереснее. Перед уходом я прошу его

поделиться со мной секретом безупречно отглаженных рубашек. К счастью, мистер Чима дает мне осязаемый совет, а не просто рекомендует быть добрым по отношению к рубашке.

Четверг, 20 декабря

– Мне нужен кок.

Немного озадаченный, я не знаю, что ответить.

– Кок?

Она бросает на меня сконфуженный взгляд.

– Да, кок.

Я не знаю, какую информацию она увидела на обновленном сайте нашей клиники, но такой услуги наверняка нет в перечне. Я разворачиваюсь на кресле лицом к Анастасии и, стараясь сдержать детскую улыбку, прошу ее объяснить подробнее, зачем ей «кок».

– Чтобы остановить ребенка.

Господи, я ничего не понимаю.

Склонив голову набок, я, словно попугай, повторяю:

– Чтобы ОСТАНОВИТЬ ребенка?

В голове крутится множество разных мыслей. Подождите… КОК! Комбинированные оральные контрацептивы! Теперь, когда я понял, что ей нужно, я чувствую прилив облегчения. Через несколько минут Анастасия выходит из моего кабинета с рецептом на КОК, необходимые, чтобы… вы сами знаете.

Пятница, 21 декабря

Последний рабочий день перед рождественскими каникулами. Поверить не могу, как быстро пролетели шесть месяцев. Сегодня все идет гладко: в предрождественской суете люди просят повторно выписать им рецепты на лекарства и умоляют назначить антибиотики от вирусных заболеваний. Я заметил, что после собрания, состоявшегося на прошлой неделе, на работе царит атмосфера «Классного мюзикла»: все очень энергичные и веселые. Все врачи-партнеры (даже Дементор) поддерживают нас и относятся

дружелюбно (тем не менее я пока не стал свидетелем объятий), и молодые терапевты считают, что обстановка изменилась к лучшему. То собрание действительно положительно сказалось на рабочем климате, и это прекрасно. У нас даже запланировано два корпоративных мероприятия.

Признаться, я втайне сказал нашему новому менеджеру по мероприятиям, что одного будет вполне достаточно. Вишенкой на торте стал неплохой улов рождественских подарков от пациентов: три коробки недорогих шоколадных конфет, коробка Ferrero Rocher от моего единственного состоятельного пациента, две бутылки вина, бутылка просекко (простите, у меня два состоятельных пациента) и даже игрушка для Уильяма. Благодаря этому у меня поднимается праздничное настроение, и я даже начинаю думать, что, возможно, работа в этой клинике и жизнь в этом городе вовсе не так плохи. Я сую еще одну конфету в рот и приглашаю последнего пациента за день. Нет, подождите: за год.

Как я уже сказал, время пролетело незаметно.

Воскресенье, 23 декабря

Сегодня день рождения Элис. Мы жутко не выспались и праздновали его, измазанные отрыжкой, рвотой и кашеобразным дерьмом Уильяма. Затем мы убирали все вещи, которые с рождением ребенка каким-то образом оказываются разбросанными по всему дому. Далее мы продолжили праздновать, съев каждый по замороженной пицце и несколько Ferrero Rocher (праздник ведь!) и выпив бутылку просекко (спасибо, мистер и миссис Пексворт). После этого мы рухнули в постель.

К счастью, Элис хватило энергии развернуть мой подарок: кулон с выгравированной буквой «У». Однако мы, несмотря на наилучшие намерения, решили, что нашей коллективной супружеской энергии не хватит на праздничный секс, и заснули в 21:08.

Рок-н-ролл! Мистер Тоска гордился бы нами.

Вторник, 25 декабря

Первое Рождество с моей маленькой семьей. Это все, о чем я мечтал, и даже больше.

Понедельник, 31 декабря (23:50)

Мы в гостях у родителей Элис: я сижу на полу у камина, Элис лежит на диване, а Уильям, к счастью, крепко спит. Я делаю глоток виски. Знаю, я уже говорил, и, возможно, я начинаю вам этим надоедать, но у меня разрывается сердце от любви, когда я смотрю на Элис и представляю спящего наверху Уильяма.

Я улыбаюсь, и моя улыбка предназначена одной лишь Элис. Она знает: эта улыбка подводит итог совместного 2018 года. В нашей жизни произошло многое. Хотя работа временами была нестабильной и волнующей, появление Уильяма затмило все с непринужденной легкостью и изменило нашу жизнь. В мгновение ока я превратился из сына и мужа в сына, мужа и отца. Я наливаю в стакан еще немного виски.

Сколько бы людей ни предупреждало, что рождение ребенка перевернет вашу жизнь, подготовиться к этому событию невозможно. Ваши приоритеты, цель жизни и просто существование в целом разобьются с такой невообразимой силой, что вы окажетесь в новом месте, о существовании которого даже не подозревали. Честно говоря, центральное место в моей жизни годами, если не десятилетиями, занимала карьера, с чем Элис и мои родители, вероятно, согласятся. Именно карьера меня определяла. Я делал на нее упор, полагался на нее и даже прятался за ней. Но, когда родился Уильям, все изменилось за долю секунды. Центральное место в моей жизни заняла семья. Возможно, так всегда должно быть. Это моя новая одержимость. Мой новый драйв. Моя новая причина жить. Я испытал эмоции, которые пересилили меня и вывели из колеи.

Вы скажете, что работа может вызывать такие же эмоции? Нет. Я вспоминаю свою жизнь до рождения Уильяма. Хотя я могу ее визуализировать (возможно, несколько расплывчато, поскольку

меня окутывает тепло виски), мне тяжело прочувствовать ее. Мне кажется, что это была чья-то чужая жизнь, а не моя собственная. Это трудно объяснить даже без виски.

Я превратился из сына и мужа в сына, мужа и отца. Наливаю в стакан еще немного виски.

Часики тикают: уже 23:59. Мы с Элис стоим, взявшись за руки, готовые поприветствовать 2019 год. Мы договорились что дадим только одно новогоднее обещание, идущее прямо от сердца. В качестве подарка друг другу мы с Элис договорились научиться правильно танцевать дурацкий флосс.

Наступает полночь. Приходит 2019-й. Поцелуй. Обучающее видео по флоссу на YouTube.

Прощай, 2018-й.

Январь 2019 года

Вторник, 1 января

Мы часто ждем, что судьбоносные решения придут в голову неожиданно и ярко, как это показывает Голливуд. Это решение принималось иначе. Мы с Элис медленно обдумывали его несколько месяцев во время прогулок в парке, наблюдения за Уильямом на игровом коврике, вытирания дерьма с его ножек и чистки зубов перед сном. Какую ситуацию ни возьми, мы всегда обдумывали его.

Клочок бумаги, на котором я в начале ноября записал плюсы переезда, теперь поразительно замусолен. Он дожил до сегодняшнего дня, первого дня 2019 года, когда наше окончательное решение было наконец принято. В постели. С чашкой чая. В борьбе с похмельем после новогодней вечеринки. С включенным телешоу о деревенской жизни. Тот факт, что мы смотрим уже седьмой сезон, доказывает, что переезд давно нас интересовал, просто мы этого не осознавали. Или, возможно, мы специально не обращали внимания. Да, мы сделаем это. Настал год нашего переезда. В этом году мы с Элис и Уильямом уедем из города и отправимся в приключение по сельской местности.

Я делаю еще один глоток чая. Поехали…

Среда, 2 января

Первый рабочий день после почти двухнедельных каникул. Как и следовало ожидать, это полный, неумолимый, бесконечный и мучительный кошмар! Каждый пациент, обратившийся ко мне сегодня, умудрился развалиться на тысячу кусочков благодаря разрушительному сочетанию чрезмерного потребления алкоголя и сахара, излишнего времяпровождения с семьей и постоянного сидения на заднице. Я не лицемер и тоже причисляю себя к ним. Тем не менее сегодня замечательный день, поскольку мы с Элис еще раз подтвердили наше решение за утренней чашкой чая. Мы

действительно переедем, хотя ни один из нас не может пока в это поверить. Мы устремимся к новой жизни за пределами этого города и этой клиники. Неизвестно, что ждет впереди, но мы отправимся в новое приключение.

Пятница, 4 января

Настал конец недели, и на меня поступила первая жалоба за год. Это новый рекорд, ведь в начавшемся году это случилось как минимум на две недели раньше, чем в прошлом. Мистер Тейлор ожидал телефонную консультацию по поводу постоянных болей в колене. Я уже много раз объяснял, что у него болит колено, потому что он весит 127 килограммов, отказывается менять диету и не желает заниматься чем-то похожим на физическую активность. Из-за такого образа жизни он медленно разрушает свои коленные суставы.

Я звонил ему трижды. Должен отметить, что обычно я делаю на два звонка меньше. Думаю, это связано с тем, что я недавно пообедал и был энергичным и добрым. Каждый раз, когда я звонил, включалась голосовая почта. Жалоба мистера Тейлора заключалась в том, что я не звонил достаточно долго. Когда я наконец связался с этим брюзгой, то попросил его объяснить, как я мог звонить дольше, если после пяти гудков включалась голосовая почта.

Гол в свои ворота, мистер Тейлор!

Воскресенье, 6 января

Весьма необычно видеть, как дерьмо вытекает из ворота комбинезона Уильяма. На самом деле я вижу такое впервые. Мы с Элис оставили его в прыгунках (пластиковое кольцо безнадзорности, позволяющее родителям ненадолго освободить руки) на 10 минут дольше, чем следовало, пока мы завтракали в постели. Из-за подпрыгивания у него случилось что-то вроде диареи бегуна (вспомните туалетный инцидент, произошедший с Полой Рэдклифф в 2004 году на марафоне во время летних Олимпийских игр в

Афинах). У него на лице была широкая улыбка, когда он прыгал вверх-вниз, расплескивая дерьмо внутри дорогого комбинезона с динозаврами, подаренного ему бабушкой и дедушкой. Семь влажных салфеток и один чистый наряд спустя Уильям снова идеально свеж. Думаю, таким он пробудет не больше часа.

Вторник, 8 января

– Вы можете мастурбировать?

Мой вопрос прозвучал так же неловко, как случайный «нежданчик». Джордж смотрит в пол с сосредоточенностью спринтера на стометровке в ожидании команды «марш».

– Наверное.

Бедный парень, это не ответ. Я незамедлительно снова протаскиваю его по раскаленным углям.

– Наверное?

Я жду, начиная терять терпение. Это бинарный вопрос: ты либо можешь это делать, либо нет. Он кивает. Я киваю в ответ в знак мужской солидарности, но решаю не поздравлять его с тем, что у него получается передернуть. Джордж, который в сорок один год находит такие вопросы неприятными, наконец поднимает глаза и встречается со мной взглядом. Я улыбаюсь и бросаю в него еще один вопрос о пенисе:

– Вы когда-нибудь просыпаетесь утром с эрекцией?

Похоже, Джордж успешно пробежал стометровый отборочный этап и теперь опять стоит на старте, уставившись в землю.

– Я не обращаю внимания на такие вещи.

А вот это, мой друг, ерунда. Каждый мужчина, который просыпается утром с эрекцией, обращает на нее внимание. Господи, это же как утреннее приветствие! Кроме того, ты не сможешь пописать, не поработав над углом. Я убеждаю его подумать получше. Наконец он кивает. Я киваю в ответ. Боже, как это сложно. Я откидываюсь на спинку кресла и показываю ему анатомическое строение пениса из картинок Google (я очень тщательно подбирал

слова, когда вводил запрос). Затем я объясняю ему, как происходит эрекция: кровь приливает к его пенису, он увеличивается в размере, и кровь задерживается в нем на какое-то время. Каждый раз, когда я употребляю местоимение «ваш» относительно пениса, он морщится, а я смеюсь про себя.

> Одному пациенту я много раз объяснял, что у него болит колено, потому что он весит 127 кг. Но он так и не начал заниматься спортом.

Завершив объяснение, я перехожу к психосексуальным вопросам и говорю, что ему требуется либо физическая (тактильная), либо психологическая (визуальная) стимуляция, чтобы кровь притекла к пенису. Он снова кивает, и язык его тела говорит мне, как сильно он ненавидит этот разговор.

Джордж обратился ко мне с распространенной проблемой: долгое время он был вне игры, но недавно у него появилась девушка. Когда они собирались впервые заняться сексом, у него ничего не вышло. Он убедил себя, что у него эректильная дисфункция, и, войдя в мой кабинет, сказал, что его пенис сломан.

Заполнив карту и завершив школьный урок анатомии, я высказываю ему свои мысли. Во-первых, объясняю Джорджу, что технически сломать пенис невозможно, потому что в нем нет костей (однако я предупреждаю его, что если согнуть пенис слишком сильно, можно разорвать кровеносные сосуды внутри). Во-вторых, я говорю, что если у него есть эрекция во время мастурбации и по утрам, то с кровоснабжением пениса все в порядке. Он кивает, но отводит взгляд. То, что мы снова говорим о его пенисе, ужасно смущает Джорджа.

Наконец мы приближаемся к самому важному: у него явно присутствует психологический барьер, мешающий работе его пениса. Я делаю паузу и разворачиваюсь на кресле так, чтобы сидеть прямо перед ним. Делая так, я превращаюсь из терапевта в

психотерапевта. Я говорю Джорджу, что в следующий раз, когда он захочет заняться сексом, он должен вести себя уверенно, и все получится. А конце добавляю: «Я знаю, что он хорошо функционирует». Я снова замечаю, что он внутренне умирает, когда я говорю, что его пенис способен на секс. Чтобы добавить ему уверенности в своих силах, я выписываю одну таблетку «Виагры». Дело не в том, что он нуждается в ней, а в том, что это поможет ему успокоиться и снять психологическое давление, которое он сам на себя оказывает. Как только он расслабится и поймет, что у него все в порядке, секс снова станет обычным делом. Когда он уходит, я вынуждаю его еще раз сморщиться, пожелав ему хорошо провести время.

Господи, работа иногда бывает забавной!

Четверг, 10 января

Сегодня я взял выходной, чтобы провести время с Элис и Уильямом. Мы не только начали планировать переезд и определились со сроками, но и отвели нашего сына на еще одно занятие по развитию сенсорики. Понимаете, мы делаем это, чтобы удивлять его каждую неделю. Сегодняшней темой были планеты. Занятие вел самый невероятный нью-эйдж-хиппи из всех, кого я когда-либо видел. Его помощник явно отходил от каких-то тяжелых веществ, поэтому я держал Уильяма на противоположной от него стороне комнаты. Все шло хорошо, пока взрослых не попросили перечислить планеты. Мне не удалось впечатлить Элис зрелым поведением.

Я закричал: «Ура́нус!»

Пятница, 11 января

Ничего хорошего ожидать не приходится, когда вместе с родителями восьминедельного ребенка в кабинет заходит социальный работник. Когда они входят, моя надежда на легкую и непринужденную консультацию, последнюю на сегодня, исчезает. Из

своего прошлого неприятного опыта я вынес урок, что такая консультация вполне может перерасти в спор из серии «он сказал, она сказала».

Все так и оказалось. Тиффани и ее дочь Мария должны находиться в местном Центре матери и ребенка двенадцать недель, поскольку родительские навыки Тиффани вызывают у специалистов беспокойство и, к сожалению, двое ее детей уже находятся в приемных семьях. Трэвис, отец Марии и бывший партнер Тиффани, который сейчас стоит в позе «я тебе задницу надеру», приходил в центр сегодня. Поскольку мне не нравится, когда люди в моем кабинете находятся в такой позе, я ставлю рядом с Трэвисом стул и прошу его сесть.

Сидеть! Хороший мальчик.

В воздухе чувствуется напряжение, усиленное тихим писком Марии. Я поворачиваюсь к Гейл, социальному работнику, и прошу ее объяснить, что произошло. Оказалось, что персонал Центра матери и ребенка видел, как Трэвис вел себя агрессивно с Марией, когда та плакала. Я думаю об Уильяме, а затем смотрю на Трэвиса. Его взгляд абсолютно пуст. Похоже, он понятия не имеет, почему его поведение считают неприемлемым. На самом деле он выглядит так, будто ему абсолютно все равно.

До сих пор я просто сидел, кивал, слушал, снова кивал и периодически посматривал на родителей, чтобы оценить их реакцию на сказанное. Такие случаи довольно просты в отношении того, что следует сделать. Дело не в том, что рассказывают мне родители, и даже не в том, кто мне что говорит. Если есть хотя бы одно сообщение о том, что невинная маленькая девочка подвергается жестокому обращению, то ребенка необходимо незамедлительно направить на полное специализированное педиатрическое обследование в местной больнице. Откровенно говоря, отношение родителей к этому не имеет значения, поскольку речь идет о ребенке, который не может постоять за себя. Итак, я

встаю, провожу беглый осмотр маленькой Марии и объясняю ее родителям, что они втроем встретятся с педиатрами.

Прямо сейчас.

Тиффани кивает, нерешительно соглашаясь, а Трэвис снова принимает позу «я хочу надрать тебе зад». Я смотрю на него, но уже поздно. Теперь это не имеет никакого значения. Я встаю, когда он начинает открыто угрожать, что никуда не пойдет. Вскоре, однако, он понимает, что его желания никого не интересуют. После моего звонка педиатрам они уходят, оставаясь под наблюдением социального работника Гейл. Хотя вне работы я иногда трушу, на работе я еще ни разу не испытывал страха в таких ситуациях. Во-первых, меня окружают прекрасные коллеги, во-вторых, у меня на компьютере есть тревожная кнопка, сигнал которой раздастся во всех кабинетах, и, в-третьих, я четыре месяца занимался карате, когда мне было девять. Думаю, первые два пункта имеют большее значение.

Сидя в пустом кабинете, я откидываюсь на спинку кресла, нагрузив ее лишними килограммами, набранными во время рождественских каникул. Я устал и хочу домой.

Пятница, 11 января (18:55)

Теперь, несколько часов спустя, я сижу дома и слушаю неконтролируемые радостные визги Уильяма. Для меня они похожи на теплую воду, которая смывает с меня все неприятные моменты за день. Лицо сына сияет, когда я все быстрее и быстрее подкидываю его в воздух под звуки песни The Beatles «Here Comes The Sun», раздающейся из колонки в гостиной. Элис наблюдает за нами с дивана и качает головой в знак неодобрения. Я знаю, что на самом деле ей нравится наблюдать, как играют ее мальчики.

Блаженство.

Понедельник, 14 января

Ах, понедельник, снова ты! Ловцы снов, Барак и Мишель Обама, немецкие овчарки (все семь), Уилл Смит… Я опять пью чай в гостиной мистера и миссис Ли и еще раз убеждаюсь, что это лучший дом для посещений во всем мире.

Миссис Ли сидит в своем любимом кресле, снова одетая в совершенно неуместную ночную рубашку с Денисом-непоседой. Она опять водит коленями из стороны в сторону. На меня накатывает волна тошноты. Я поднимаюсь с колен и принимаю позу, в которой мне открывается более безопасный вид. Я пришел, чтобы обсудить с миссис Ли недавний результат анализа на уровень сахара в крови, взятого медсестрой Ирен на прошлой неделе. Похоже, ее контроль над диабетом второго типа немного ослабевает. Нам нужно попытаться исправить ситуацию, прежде чем начнутся осложнения. Это важно, так как при диабете ранняя профилактика осложнений имеет ключевое значение.

– Но я не ем сахар, Макс! – кричит она с энтузиазмом. При этом мелкие капли ее слюны летят в моем направлении. Кстати, я не говорил, что ко мне можно обращаться по имени, но, поскольку они настоящие герои, осмелившиеся поместить фотографию супругов Обама рядом с семью неизвестными овчарками, они могу называть меня как их душе угодно.

Я киваю.

– Я вам верю. (Я не уверен, что это так.)

Мистер Ли входит в комнату и сует мне в лицо какой-то пакет. Поскольку он всего секунду назад смыл унитаз за стеной, я отодвигаюсь от его пальца, находящегося у меня под носом.

– Видите: БЕЗ САХАРА! – кричит он.

Почему сегодня все кричат?

Я сажусь рядом с 15-ю садовыми гномами, которых мистер и миссис Ли до сих пор не переложили, и внимательнее изучаю пакет, уже не отвлекаясь на фекальный палец.

Декстроза в таблетках, известная как полная противоположность отсутствию сахара. Передо мной лежит пакет индивидуально

упакованных конфет с высокой концентрацией сахара, предназначенных для повышения уровня глюкозы в крови. Таким образом, тайна неудавшегося контроля над диабетом с легкостью раскрыта: миссис Ли трижды в день поедает порции чистейшего сахара.

Поводив таблетками декстрозы перед ее лицом, я объясняю, что все это время она поступала не совсем правильно, вернее, совсем неправильно.

– Не-е-ет, вы лжете!

Я смотрю на нее, качая головой в неверии. Странно, но я испытываю радость, общаясь сразу с двумя живыми легендами.

– Почему вы считаете, что я лгу?

Через пять минут миссис Ли наконец осознает, что я пытался до нее донести, и начинает обвинять мужа в покупке не того, что ей было нужно. Думаю, ситуация типичная для многих супругов. Они начинают скандалить при мне. Я же сижу в параллельной вселенной вместе с 15 поющими садовыми гномами, и все шестнадцать из нас испытывают неловкость, наблюдая за супружеской ссорой. Нас окружают ловцы снов, Барак и Мишель Обама, немецкие овчарки и Уилл Смит.

Я мог бы сидеть здесь часами.

Вторник, 15 января

Сегодня в обед я занят поиском дома на сайте агентства недвижимости. Я сижу, согнувшись над экраном телефона, и не могу поверить своим глазам. Я понятия не имел, что за городом можно позволить себе дом во много раз лучше, чем за такие же деньги в городе. Просто невероятно, честное слово!

Я посылаю Элис по WhatsApp фотографии нескольких домов и кручусь в кресле, думая о наших возможностях. Загон для лошади? Домашний тренажерный зал, который поможет мне вернуть былую форму? Огромный гараж, куда поместятся спортивные автомобили, которые я начну скупать в приближающемся кризисе среднего

возраста? Кажется, я насмотрелся телешоу про деревенскую жизнь. Я резко ставлю ногу на пол, чтобы остановить вращающееся кресло, и вздыхаю, осознав кое-что важное. Между текущим моментом и мной, сидящим в спортивной машине во время кризиса среднего возраста, стоит неизбежный процесс. Если вы еще не поняли, мне нужно подать заявление об увольнении из клиники, как это было бы на любой другой работе, и сообщить команде, что я уезжаю. Думаю, это слегка шокирует моих коллег. Я ненавижу рвать отношения. Помимо этой сложной задачи есть и другие. Нам нужно продать квартиру и найти съемный дом в сельской местности (мы уже определились с местом, но, поскольку это «Тайный терапевт», мне придется оставить все в секрете), где мы будем жить, пока не купим собственное жилье. Мне нужно будет обратиться в местное агентство терапевтов на замену (терапевт на замену работает в клинике на месте штатного врача, пока тот находится на больничном или, например, в декретном отпуске). Благодаря услугам такого агентства у меня будет возможность несколько месяцев поработать в разных местных клиниках, а потом решить, исходя из своего опыта, в какой из них мне хотелось бы состоять в штате, конечно, если будет вакансия.

Это объясняет, почему вы иногда приходите в свою клинику и видите терапевта, которого никогда раньше не встречали. Это терапевт на замену, работающий здесь день или неделю.

Я выдыхаю, думая, что все это точно не даст нам заскучать в течение следующих нескольких месяцев. Масштабность стоящей перед нами задачи ошеломляет меня.

Элис отвечает на сообщение, нарушая ход моих мыслей. Тревога снова сменяется радостным волнением.

Спасибо, дорогая. Ты ответила как раз вовремя.

Среда, 16 января

Местоимения. Это единственное, о чем я думаю, приветствуя в своем кабинете 25-летнюю Джесси. «Постарайся не испортить все,

Макс», – крутится у меня в голове, поскольку для меня это опасная территория. После приглашения сесть она смотрит на меня, робко улыбаясь, и объясняет, что пришла для инъекции «Декапептила», который она достает из своей сумочки.

«Нет проблем», – отвечаю я, пытаясь вспомнить, что делает этот препарат. Наконец я вспоминаю: он блокирует выработку тестостерона и используется для лечения рака простаты, а также при трансгендерном переходе. Джесси он требуется по второй причине, и она первая пациентка в процессе трансгендерного перехода, которую я встретил за долгое время. Сейчас она полностью идентифицирует себя с женщиной, и мне нужно сделать все возможное, чтобы не перепутать личные и притяжательные местоимения. Она наблюдается в местной клинике гендерной идентичности, и гормональные препараты, которые ей там прописали (я как ее терапевт обязан ей их ввести), помогут усилить женские характеристики и подавить мужские. Со временем она сможет сделать хирургическую коррекцию пола, если захочет.

Я наблюдаю за ней, когда она потирает правой рукой татуировку на левой. Думаю, она прошла долгий путь, и я готов поспорить на свою ипотеку, что он был нелегким. Я поднимаюсь и бодро делаю ей инъекцию, параллельно интересуясь, как проходит переход. Ее плечи расслабляются. Она вся расслабляется. И я расслабляюсь тоже. Любая ожидаемая неловкость испаряется из кабинета, как это и должно быть. Джесси говорит, что ей было трудно, но она счастлива быть на пути к настоящей себе. Игла летит в ведро для острых предметов. Я улыбаюсь и говорю, что всегда готов помочь или просто выслушать. Она благодарит и выходит из кабинета подпрыгивающей походкой, словно инъекция подарила ей прилив энергии и радости. Конечно, она счастлива, что теперь на одну инъекцию и на один прием ближе к своей цели. Это только одна битва. Несомненно, ее ждет еще несколько.

Удачи, Джесси.

Пятница, 18 января

Он явно не понимает, как работает система записи в нашей клинике. Я стою, зажав телефон между ухом и плечом. Если учесть, что во время нашей последней встречи с мистером О'Кифом он был близок к инфаркту, я удивлен, что он до сих пор с нами. Я задерживаю дыхание и делаю еще одну попытку. «Что значит время неудобное?!» – раздаются из трубки злые слова, оскорбляющие мое ухо.

Вот придурок!

Во время нашей последней встречи с одним пациентом он был близок к инфаркту, и я удивился, увидев его вновь живым.

Пока он набирает в легкие воздух, чтобы начать второй раунд ругани, я пользуюсь возможностью и наношу ответный удар. Я объясняю, что это он выбрал гребаное время консультации (разумеется, ему слово «гребаное» я не говорю) и что другое время неудобно для меня, поскольку он наверняка понимает (я в этом сомневаюсь), что помимо него у меня есть и другие пациенты.

Он бросает трубку. Забавы ради я перезваниваю ему, чтобы сказать, что нас разъединили, хотя я прекрасно понимаю, что он намеренно положил трубку. К моему разочарованию, но не удивлению, мистер О'Киф не отвечает. Возможно, он прямо сейчас хватается за грудь.

Понедельник, 21 января

Нехорошо. Это единственное слово, которым я могу описать то, как выглядит Ник. Тринадцать лет, суперактивный, помешанный на регби, посвящающий тренировкам почти все дни – и все же сидящий передо мной со своей мамой и выглядящий НЕХОРОШО. Во-первых, он тощий. Это значит, что его тело не только не наращивает мышечную массу, но пожирает ее. Его фигура – это каркас из костей.

«Кто ты в команде?»

Интересно. Для фланкера с открытой стороны у него неподходящее телосложение, поэтому он либо играет за команду недоедающих лилипутов, либо с ним действительно что-то серьезно не так. Он постоянно чувствует усталость и спит, когда есть возможность. Тринадцатилетние регбисты обычно не испытывают такой же сонливости, как сорокалетние дальнобойщики с пивным животом, двадцатью выкуренными сигаретами за день и рецидивирующей подагрой.

Я постукиваю ручкой по столу и направляю ее на мальчика каждый раз, когда задаю вопрос. Ничего. Я ничего не понимаю. Он просто чувствует себя уставшим. Ему нехорошо, на этом все. Я смотрю на экран компьютера, поворачиваюсь к Нику, открываю рот, чтобы что-то сказать, но затем снова поворачиваюсь к компьютеру, потому что сказать мне нечего. Совершенно потерянный, я снова просматриваю медицинскую карту. Его мама явно обеспокоена моим непониманием того, что происходит с ее дорогим мальчиком. Я выпрямляю спину, делаю глубокий вдох и еще раз прохожусь по каждой физиологической системе: неврологической, респираторной, сердечно-сосудистой, желудочно-кишечной, урологи…

Стоп, стоп!

«Думаю, я писаю чаще, чем нужно».

Если бы мы играли в «горячо – холодно», то сейчас стало бы теплее. Я спрашиваю, испытывает ли он сильную жажду. Да, испытывает. Горячо. Я встаю с кресла, протягиваю Нику банку для сбора мочи и отправляю его в уборную собрать для меня несколько капель. Через пару минут он возвращается. Я сажусь напротив тихо ожидающих мамы и сына и погружаю тест-полоску в баночку. Это тонкая палочка, которая показывает наличие в мочи инфекции, крови, белка или сахара.

Проявляется полоска, означающая наличие в моче сахара: это завывающая сирена диабета.

Я улыбаюсь, подбадриваю их и говорю, что нужно сделать еще один анализ. Потом я показываю Нику аппарат с иглой, называемый капиллярным глюкометром, и беру у него из пальца маленькую каплю крови. Он даже не морщится. Молодец! На мониторе отображается ВЫСОКИЙ уровень сахара в крови. На самом деле глюкометр показал максимальный уровень, который он способен считать. Скорее всего, у этого молодого человека диабет первого типа. Я еще раз киваю (теперь уже себе) и убираю глюкометр.

Ник и его мама с недоумением смотрят на меня. Я выезжаю на кресле из-за стола, устраняя барьер между нами, и объясняю, что подозреваю у Ника диабет первого типа. При этом типе диабета тело не вырабатывает гормон инсулин, берущий сахар из крови и помещающий его в клетки. Поскольку у Ника инсулин не вырабатывается, кровь наполняется сахаром. Это объясняет усталость, худобу, высокий показатель сахара в крови и наличие сахара в моче (кровь фильтруется почками). Я делаю паузу. Они выглядят потрясенными. Я могу угадать, о чем думает Ник, когда сидит, опустив голову и водя пальцем по логотипу регбийного клуба.

«Сейчас вам нужно обратиться в больницу. Я договорюсь о вашей встрече с командой педиатров, которые проведут обследование и назначат лечение. Необходимо быстро снизить уровень сахара в крови».

Они кивают, все еще ошеломленные. Я убеждаю Ника, что благодаря лечению он будет чувствовать себя гораздо, гораздо лучше. Я спрашиваю, знает ли он Генри Слейда. Конечно, он его знает.

«Он играл за Англию в Кубке шести наций, и, надеюсь, в этом году он сыграет в чемпионате мира. У него диабет первого типа».

Он улыбается и кивает, понимая, что я хочу ему сказать. Когда они уезжают в больницу, я звоню педиатрам и предупреждаю, что к ним направляется пациент.

Среда, 23 января

«А когда Мэтью говорит, что…»

Я отключаюсь, представляя пляж с белым песком и холодное пиво. Звук опорожненной кружки, поставленной на стол, возвращает меня в конференц-зал нашей клиники, где меня окружают коллеги. Я не в отпуске в Антигуа, а на очередном тренинге. Сегодняшняя тема – перемещение и транспортировка пациентов.

Да, мы все это ненавидим.

Поерзав на стуле, я поднимаю глаза на Мэтью, полного энтузиазма инструктора по технике безопасности. Он стоит передо мной, то сгибая, то разгибая колени, и говорит о себе в третьем лице. Конечно, он не сравнится с Кевом, инструктором по оказанию неотложной помощи, но кто, черт возьми, говорит о себе в третьем лице? Я не могу принять это, каким бы ни был контекст. Перестав сгибать и разгибать колени, он продолжает свою проповедь. Указывая на каждого из нас, он начинает говорить все громче, искреннее и страстнее. Он подчеркивает, что мы все (он делает акцент на слове «все») можем научиться безопасной и эффективной транспортировке пациентов.

Хотя мне лишь немного за 30, я вполне уверен, что все эти годы я прекрасно справлялся со своими обязанностями.

О, ради всего святого, нет! НЕТ!

Я громко вздыхаю, гневно протестуя. Да, он хочет, чтобы прямо сейчас мы применили полученные знания на практике. Это еще хуже, чем обычная групповая работа, которой нас напрягают на подобных занятиях. Я встаю со стула и, сделав максимально злое выражение лица, тренируюсь сгибать колени вместе со своими коллегами.

Мэтти, ты только посмотри на мои колени! Это же настоящее чудо. Они сгибаются так, как и должны сгибаться суставы.

«Как говорит Мэтью…» Я закрываю глаза в надежде, что у меня при этом заткнутся уши. Этого не происходит. Мне ничего не остается, кроме как медленно выдохнуть и снова представить себя на пляже. К сожалению, пиво уже успело нагреться, а на море начался отлив.

Большое спасибо, Мэтти.

Пятница, 25 января

Мы сидим друг напротив друга несколько минут, и миссис Петрова говорит на французском, вовсе не похожем на тот, что я изучал в школе (а это единственный иностранный язык, хоть немного мне знакомый). Я улыбаюсь и киваю, радостно сообщая, что я не понимаю ни одного ее слова. Она улыбается, кивает в ответ и продолжает говорить. Она подает мне то, что, по моим предположениям, является письмом от болгарского врача. Я беру его с энтузиазмом, надеясь, что оно написано на английском.

Разумеется, нет.

> Мне немного за 30, и я уверен, что все эти годы прекрасно справлялся со своими обязанностями.

Мой телефон, над которым мы оба наклонились, продолжает повторять, что услуги переводчика сейчас недоступны и нас соединят с переводчиком с болгарского, как только он освободится. Мои надежды завершить вечерний прием вовремя и успеть приехать домой до купания Уильяма (теперь это моя любимая часть каждого дня) испаряются с каждым изнуряющим телефонным гудком. Я улыбаюсь, поднимаю брови и пожимаю плечами. Будем честны: сейчас мне больше ничего не остается.

Миссис Петрова смеется. Возможно, в Болгарии пожимание плечами – какой-то забавный жест. Я мог бы объяснить ей, что в Великобритании он просто означает, что я понятия не имею, что делать. Знаете что? Я действительно не имею представления, чего вы хотите, миссис Петрова. Вдруг вмешивается судьба. Луч надежды в царстве тьмы. Миссис Петрова достает четыре потрепанные коробочки с лекарствами и стучит по ним. Взяв их в руки, я понимаю, что они пусты. Я снова смотрю на письмо болгарского врача, и, хотя непонятные слова на чужом языке остаются для меня

загадкой, я могу распознать (и, следовательно, ввести в поисковую строку Google) торговые названия препаратов, которые ей назначили. Я задумчиво киваю, внезапно почувствовав себя бюджетной медицинской версией Шерлока Холмса.

Пустые коробки из-под лекарств. Пациентка стучит по ним. Письмо, написанное месяц назад.

Я улыбаюсь и говорю на корявом английском: «Пустые? Нужно еще?»

Она с энтузиазмом кивает. Джекпот! Теперь мы движемся в правильном направлении. Я поворачиваюсь к компьютеру и начинаю повторно выписывать эти препараты, предварительно проверяя, не назначаю ли я по ошибке фантастически опасные лекарства (поверьте, такое раньше случалось). Да, это препараты для здоровья сердечно-сосудистой системы, которые помогают контролировать артериальное давление, снижать уровень холестерина, минимизировать риск образования тромбов и поддерживать хорошую работу сердца. Может, месяц назад в Болгарии у нее случился сердечный приступ? Опять же, я могу ошибаться. Мне до сих пор не удалось связаться с переводчиком. Никто не хочет помочь бедной миссис Петровой быть услышанной, а мне – приехать домой к купанию Уильяма.

Мы не можем сидеть здесь вечно, но я не могу просто выписать ей препараты, не удостоверившись, что в «Дейли мейл» не выйдет статья под заголовком «Терапевт прописывает лекарства наугад». Я достаю телефон и быстро убираю уведомление о том, что крестный Уильяма прислал мне картинку, наверняка очередную обидную шутку. С этого момента начинается технологическое и лингвистическое единение, близкое к совершенству. С помощью переводчика Google я убеждаюсь, что мое предположение оказалось верным: у нее действительно был сердечный приступ.

В итоге миссис Петрова получает рецепт на лекарства, а я записываю ее на следующий прием (она придет на него с говорящим по-английски родственником) и даю ей направление на

реабилитацию в местном кардиологическом отделении («Требуется переводчик с болгарского», – пишу я жирным подчеркнутым шрифтом, но, возможно, эта приписка все равно останется незамеченной). Я даже успеваю вернуться домой вовремя и посмотреть, как Уильям плещется в ванне, весело смеясь.

Благодаря Google все сегодня остались победителями. На выходные!

Суббота, 26 января

Едем в больницу на машине. Мы с Элис молчим. Я смотрю вперед. Она протягивает руку к Уильяму и гладит его по голове. У Уильяма высокая температура и сыпь, которая не бледнеет при нажатии на нее.

Это плохие симптомы, поскольку они могут указывать на менингит.

Я переключаю передачу, нетерпеливо ожидая смены сигнала светофора. Я кричу на других беззаботных водителей. Мое сердце пронзает каждый писк, который сын издает со своего детского кресла у меня за спиной.

Мой бедный мальчик!

Я крепко сжимаю челюсти, чтобы губы не дрожали.

Не плачь. Не раскисай. Просто веди машину.

Я чувствую себя беспомощным.

Четверг, 31 января

Пять долгих дней спустя Уильям с голой попкой перекатывается на своем игровом коврике и прекрасно проводит время.

На своем коврике, со своими игрушками, в своей комнате, у себя дома. Здоровый.

Мы с Элис сидим на диване, физически и морально истощенные. Если взглянуть на Уильяма издалека, ничто не покажется странным. Но если подойти ближе, можно заметить на его руках крошечные места проколов, где стояли канюли (маленькие трубки, через

которые лекарства и жидкость поступают прямо в кровь пациента). Их переставляли каждый раз, когда Уильям умудрялся их вытащить.

Вот какашка!

Педиатры сказали, что был небольшой риск менингита, хотя маловероятно, поэтому Уильяму вводили антибиотики. Он так хорошо себя вел. Улыбался персоналу больницы и лишь иногда посматривал на нас с Элис, словно проверяя, хорошо ли он себя ведет и достаточно ли он смелый.

Конечно.

Если раньше мы наивно думали, что моя работа в сфере здравоохранения поможет нам в случае болезни нашего ребенка, то мы сильно ошибались, черт возьми! Здравый смысл, рациональность и прозорливость выдернули из-под меня, как дешевый коврик. Когда твой ребенок болен, мир смыкается. Возможно, это звучит драматично, но я чувствовал именно это. К счастью, потрясающая команда педиатров решила, что у Уильяма, скорее всего, нет менингита, и после сорока восьми часов без температуры курс антибиотиков прекратили, а канюли извлекли.

Нам повезло. Вероятно, это был вирус, который замаскировался под характерную для менингита сыпь. Родители, потерявшие своих детей (либо в ~10 % смертельных случаев менингита, либо из-за других болезней), испытали невообразимую боль. Уильям пару секунд таращится на своего плющевого динозавра, а затем сует его в рот. Словно прочитав наши мысли и почувствовав наше облегчение, он поворачивается, смотрит прямо на нас с Элис и улыбается. Его широкая, беззубая, невинная улыбка наполняет наши сердца любовью. Однако уже через секунду он показывает нам, почему любовь изнурительна: он стреляет дерьмом, испачкав не только игровой коврик, но и наш дорогой напольный ковер.

> Мы с женой сильно ошибались, думая, что моя работа в сфере здравоохранения поможет нам в случае болезни сына.

Мы не возражаем. По крайней мере, не очень. Не сегодня.
Я встаю и иду искать салфетки.

Февраль 2019 года

Пятница, 1 февраля

Первый день начался и закончился ректальными осмотрами пациентов. Уверен, что в ближайшие несколько месяцев мне не захочется делать это снова.

Мой бедный палец!

Суббота, 2 февраля

Забавно, что радость от переезда за город затмевает скучные формальности. Большую часть дня я потратил на разговоры с агентами по недвижимости, как городскими, продавая нашу квартиру, так и сельскими, арендуя небольшой коттедж. Еще я связался с агентствами терапевтов на замену (мне нужно иметь возможность оплачивать счета, когда мы переедем), а также набросал заявление на увольнение (это самое неприятное). Все это несколько волнующе, поэтому пришло время на полную громкость включить в гостиной классическую песню Queen «Under Pressure». Я хватаю Уильяма с пола и, подпевая, начинаю кружить. Его лицо светится от счастья.

Понедельник, 4 февраля

После напряженных выходных наступает менее чем желанное разочарование. Это единственное слово, способное описать мою нынешнюю компанию. У нас с миссис Грэнтем долгая история. Мы боролись друг с другом во время бесчисленных телефонных консультаций и личных встреч. Понимаете, в 64 года она разочаровалась в себе, в жизни и теперь безучастно сидит напротив меня. У нее на коленях лежат лекарства, письма врачей, газеты и, похоже, недавно купленные продукты. Все это в хаотичном и неразобранном виде валяется в ее сумке.

«Думаю, это следует передать тому, кто на самом деле заслуживает».

Я хочу встать, подвести миссис Грэнтем к зеркалу и заставить ее посмотреть на себя.

«Что вы имеете в виду под словом “заслуживает”?» – отвечаю я, не в силах поверить в ее очевидное мученичество. Я наклоняюсь к ней и с нескрываемым раздражением на лице прошу объясниться. Миссис Грэнтем говорит, что она конченый человек и ей уже нельзя помочь. Поскольку диабет второго типа плохо поддается контролю, она не хочет занимать место в клинике лечения диабета, которое я зарезервировал для нее. По ее мнению, его должен занять кто-то более достойный, поэтому и решила не приезжать в клинику.

Господи, хватит уже!

Как какой-то злой попугай, я откидываюсь на спинку кресла и повторяю все, что миссис Грэнтем только что сказала. Она ищет ответы в сумке, засовывая ненужные ей бумаги поглубже, словно пытаясь защитить их от моего гнева.

«Я пришла только для того, чтобы лично извиниться перед вами за доставленные неудобства».

Я театрально поднимаю руки и говорю ей, что она сумасшедшая (в хорошем смысле этого слова). Я знаю, что она простит меня, поскольку мы уже танцевали этот танец раньше. Она знает, что я хочу ей помочь и желаю ей только хорошего. А еще я знаю, как ей нелегко. За последние три года она внезапно потеряла мужа из-за инфаркта, а потом умерла ее собака (единственный оставшийся компаньон). Теперь у нее финансовые трудности, мешающие уехать от соседей, которые, судя по всему, являются антисоциальными придурками, рядом с которыми никто не хочет жить. У нее нет настоящих друзей, а люди, с которыми она дружила раньше, давно отвернулись от нее, устав от черной мантии, которую она теперь никогда не снимает.

Я вздыхаю и говорю, что хочу измерить ей артериальное давление. Мы сидим в грустном молчании, пока я просматриваю ее

медицинскую карту. Я киваю монитору компьютера, в очередной раз убедившись, что миссис Грэнтем получила всю помощь, которую мы можем предложить: услуги специалистов по психическому здоровью, организаций по поддержке одиноких людей, организаций по поддержке пожилых людей, медсестер, специализирующихся на психическом здоровье, хотя она ни разу не приходила к ним на консультацию, и очень агрессивного терапевта, который пытается сделать все возможное, чтобы разжечь в ней хоть что-то похожее на огонь. Кажется, что в ее жизни все так сыро, что развести огонь никак не получится.

Полная инерция.

Это трагично. Жизнь, ее жизнь, теперь превратилась в одно бесконечное самоуничтожение. Она встает, как только я снимаю с нее манжету тонометра (естественно, ее давление повышено, несмотря на три препарата для его нормализации, которые она принимает). Ошеломленный, я спрашиваю ее: «Куда вы?» Она снова садится и говорит, что не хочет впустую тратить мое время. Я закатываю глаза и отвечаю, что мне за это платят, поэтому ей не следует себя винить. Я сажусь в кресло и смотрю в ее хронически печальные глаза. Меня огорчает, что я не могу все исправить и помочь ей. В конце концов, каждый врач стремится помогать людям. Меня приводит в ужас мысль, что я не могу сделать всего, что я хочу для нее. Я чувствую, как подвел ее. Опять же, дело не во мне и не в моих желаниях.

Понимая, что все бесполезно, я задаю последний вопрос: «Могу я что-нибудь сделать для вас? Что угодно». Она качает головой и объясняет, что, по ее мнению, ей стоит остаться наедине со своими проблемами. Правда в том, что она права, как бы неприятно мне это ни было. Как терапевт я выполнил свои обязанности в полной мере. Сейчас не осталось терапии, которую я мог бы ей предложить. Она находится в здравом уме и может отказаться от помощи и жить, как считает нужным. Некоторых людей просто невозможно спасти.

Это реальная жизнь, а не голливудский фильм.

Я киваю, соглашаясь с ней, но говорю, что все равно буду звонить каждый месяц, чтобы узнать, как она, и спросить, не изменила ли она свое решение. Она благодарит меня и понуро выходит из кабинета. Прощальные слова миссис Грэнтем передают краткое содержание ее мира: «Я просто очень скучаю по Герберту».

У некоторых разбитое сердце не может срастись заново.

Среда, 6 февраля

Я не могу не извиниться перед Кэролайн, медсестрой нашей клиники. Честно говоря, сидя на ежемесячном собрании с ней и другими сотрудниками (мы встречаемся каждый месяц, а также в случае значительных событий вроде тех, о которых я рассказывал в июле прошлого года), я краснею за миссис Талли.

Вот черт! Может, у меня тот синдром, при котором человек влюбляется в своего похитителя? Как он называется?

На лицах моих коллег отражается смесь веселья и облегчения (конечно, не они же отдуваются за миссис Талли), когда я извиняюсь перед Кэролайн за то, что моя пациентка не впустила ее в дом. Она якобы была слишком занята, хотя никогда не выходит из дома. Я смущенно улыбаюсь Кэролайн. Судя по прилагательным, которыми она описала их общение с миссис Талли через прорезь для почты, она возненавидела каждую секунду этого визита.

Некоторых людей просто невозможно спасти.

«Попробовали бы вы быть ее терапевтом!» – шучу я.

Она не улыбается в ответ.

Более того, миссис Талли сказала Кэролайн (тоже через прорезь для почты), что сначала она поговорит о ней со мной и только потом примет решение. Она все выставила так, будто я ее сообщник.

Спасибо, миссис Талли.

Стокгольмский синдром! Вот как это называется.

Четверг, 7 февраля

Мы все слышим, как сердцебиение нерожденного ребенка наполняет кабинет. Я улыбаюсь Дженне и ее мужу Даррену, нежно положившему руку на плечо супруги.

«Идеально», – говорю я, убирая детектор сердцебиения плода Sonicaid с большого живота лежащей на кушетке Дженны. Поскольку срок уже тридцать четыре недели, родительство стучится в двери. Им кажется, что они готовы к нему, но на самом деле, как и все будущие родители, они совсем не подготовлены к ожидающим их приключениям.

Я улыбаюсь, думая о своем растущем родительском опыте. Удивительно, но Уильяму скоро исполнится пять месяцев. Когда мы с Элис были на их этапе, то не могли даже представить себе весь спектр физических и эмоциональных фейерверков, в которые слепо влетели головой перед. Одни просто приковывают к себе ваш взгляд, другие вас щекочут, а третьи вызывают кровотечение. Не задумываясь о том, что кто-то может счесть мой поступок непрофессиональным (как скучно), я показываю на телефоне недавнюю фотографию Уильяма, на которой он улыбается в своих прыгунках. Его голова все еще похожа на очищенную картофелину. Они смотрят на фото и оба говорят, какой у меня чудесный сын. От этой похвалы меня переполняет гордость, но я быстро убираю телефон в карман, понимая, что только что повел себя как хвастливый родитель. Более того, это было непрофессионально.

Пока Дженна медленно поднимается с кушетки с помощью Даррена (в последние недели ее нерожденный ребенок усердно смещает центр тяжести) я говорю, что они с малышом (да, Даррен, ты тоже), прекрасно справляются. У Дженны нормальное артериальное давление, а в ее моче нет белка (потенциальный показатель преэклампсии, опасного состояния, возникающего во второй половине беременности и характеризующегося такими симптомами, как головная боль, отеки лица, рук и лодыжек, а также проблемы со зрением) или признаков инфекции. Сердцебиение ребенка

нормальное для такого срока. Наконец, окружность живота тоже в полном порядке и позволяет приблизительно определить размер плода.

Они сидят, взявшись за руки, и радостно улыбаются. Мне приятно это видеть. Для первой беременности у них все прекрасно. На данный момент я не вижу предпосылок к тому, что это может измениться. Заполняя карту Дженны (у всех беременных женщин бумажные карты, а не электронные, чтобы они могли в любой момент взять их с собой в больницу, если появится необходимость), я вижу, что все скрининги прошли хорошо и у акушерок нет повода для беспокойства. Я шучу с Дарреном на тему цвета стен в детской, поскольку на прошлых консультациях они говорили, что именно он отвечает за это. Поскольку они не знают пол ребенка, он решил выбрать нейтральные цвета: оттенки серого и желтого.

«Отличный выбор, папочка», – киваю я одобрительно.

Когда консультация завершается, я открываю дверь как можно шире и шучу, что Дженне нужно много пространства, чтобы не застрять. Я желаю им всего наилучшего, ведь я вряд ли увижу их еще раз до рождения ребенка. Думаю, скоро в мой кабинет войдут два совершенно других человека, ведь их жизнь изменится навсегда. Я, как всегда, думаю об Уильяме и гадаю, чем он сейчас занимается.

Пятница, 8 февраля

Вам повезет, если вы сегодня придете ко мне на прием! Видите ли, через двадцать четыре часа мы с Элис и Уильямом будем сидеть в самолете, направляясь в Марокко (у Уильяма начали резаться зубы, поэтому он точно будет вести себя плохо). Все это означает, что сегодня, пока мое тело сидит в кресле, ритмично качаясь из стороны в сторону и ожидая, когда к двери медленно подойдет следующий пациент с ходунками, мой разум уже находится в самолете.

Ремень пристегнут. Журнал с бортовыми развлечениями пролистан. Ром с колой уже ждет меня… Первый заграничный отпуск Скиттлов!

Я выхожу из транса и перестаю раскачиваться на кресле. Стук. Пациент с ходунками подошел. Я открываю дверь. Мне нужно вернуться к работе еще на несколько часов. Кроме того, отпуск для терапевтов часто связан с суетой. Я не имею в виду сам процесс, поскольку я получаю отпуск так же, как и вы, то есть запрашиваю его в отделе кадров. Суета связана с дополнительной работой, которую мне приходится выполнять за неделю до отпуска. По существу, мне нужно передать дела своим заместителям. Мне необходимо удостовериться, что мои пациенты, которым требуется дальнейшее наблюдение (направление к узким специалистам или проверка результатов анализов), во время моего отсутствия получат помощь другого врача, который знает, что с ними делать. Врачи получают от меня информацию о пациентах либо в ходе словесной беседы и совместного просматривания карт, либо, поскольку у нас обычно нет времени на такую роскошь, в ходе быстрого обмена электронными письмами, где я прошу изучить медицинские карты и связаться с пациентами (если пациенты кошмарные, то я еще приношу извинения). Естественно, это означает, что за неделю до отпуска нужно заполнять карты тщательнее, чем в любое другое время года.

Везет же моим заместителям!

Суббота, 9 февраля (09:57)

«Макс, не забудь черную сумку Уильяма».

Слова Элис меня шокируют. Я стою рядом с такси на парковке аэропорта и смотрю на сумки, которые я только что вытащил из багажника.

Черной сумки нет. У меня проблемы.

Я удивлен, что все еще женат.

Я поворачиваюсь к Элис и говорю: «Небольшая проблемка». Слова, которые она произносит, я не привык слышать из ее рта. Выговорившись, она смотрит на меня и начинает хохотать.

«Господи, иногда ты бываешь таким идиотом. Как у тебя вообще получилось стать врачом?»

Я опускаю голову, радуясь, что мне не нужно вытаскивать фрагменты ее обручального кольца из своего лба. Мне повезло иметь отходчивую жену. Уильям смотрит на нас из коляски, не подозревая, что у него нет еды, подгузников и игрушек, а запас одежды ограничен боди, лежащим в нашей с Элис сумке. У нас нет времени, поэтому нам ничего не остается, кроме как направиться в здание аэропорта.

Я иду и удивляюсь, что до сих пор женат.

Суббота, 9 февраля (11:15)

Проходит чуть более часа, и удача до сих пор не с нами. Элис с Уильямом на руках смотрит на меня с другой стороны металлодетектора. На ее лице появляется озадаченная улыбка. Неужели ей весело? Вызывая раздражение нетерпеливых охранников и растущей очереди, я пробую еще раз.

Эта гребаная коляска должна легко складываться! Именно поэтому мы заплатили за нее так много.

Несмотря на все усилия, эта якобы складная коляска отказывается складываться. Чудесно! К моему стыду, мать под прикрытием (я говорю «под прикрытием», потому что ее ребенка нигде не видно) переступает через ограждение, нагибается и нажимает на поразительно хорошо спрятанную (хотя и ярко-красную) кнопку на коляске Уильяма. Я стою и наблюдаю со смесью стыда и облегчения, как эта дурацкая коляска мгновенно складывается.

«Сложная штука», – шутя говорю я своей анонимной помощнице, ожидая родительской солидарности. На ее лице появляется улыбка, которая говорит: «Вовсе нет, это ты идиот». Теперь, когда я наконец могу забыть о своем позоре и воссоединиться с семьей, я прохожу через металлодетектор. Он пищит. Как же иначе.

«Не могли бы вы отойти в сторону, сэр?»

Ради. Всего. Святого.

Понедельник, 11 февраля

Покрытые коркой желтоватые пузырьки вокруг рта меня настораживают. У этого мальца импетиго, распространенная и относительно неопасная детская кожная бактериальная инфекция. Она очень легко передается при прямом контакте. Поэтому наши с Элис сердца уходят в пятки, когда малыш с импетиго подходит к Уильяму, лежащему в кресле-мешке в яслях. Мальчик с импетиго натирает руками (несомненно, он только что трогал ими свой инфицированный рот) лицо Уильяма. Чтобы убедиться, что заражение точно произошло, Уильям пытается взять в рот один из пальцев мальчика.

Замечательно!

Среда, 13 февраля

Сегодня я думал о миссис Талли. Понятия не имею, почему мои мысли устремились к ней, но так произошло. Я часто вспоминаю пациентов в самое странное время: когда засыпаю, выбрасываю мусор или, как сегодня, наношу солнцезащитный крем на плечи.

Миссис Талли… Господи, как она промыла мне мозги! Похоже, от нее не скрыться.

Четверг, 14 февраля

Какая чудесная неделя! Когда мы с Элис бредем вдоль бассейна, держась друг за друга (ради большей устойчивости и, конечно, от взаимной любви), мы радостно и непринужденно болтаем, отключившись от проблем, оставшихся дома. Во время отпуска мы активно обсуждаем наш переезд в сельскую местность. Теперь мы на стадии планирования и, к нашему большому облегчению, с января верны принятому решению.

Я думаю, не столкнуть ли мне Элис в бассейн, но решаю, что она этого не заслужила. Она же с пониманием отнеслась ко мне, когда я

оставил все вещи нашего сына в сумке, удобно устроившейся на стуле в нашей гостевой комнате.

В Англии.

Мы думаем, не выпить ли еще один джин-тоник на балконе нашего номера, но затем вспоминаем об Уильяме. Нашем сыне.

Черт! Черт!

Мы расцепляем руки, и Элис смотрит на время: 23:37. Уильяма нужно было забрать из яслей (думаю, этот сервис предназначен лишь для того, чтобы позволить родителям напиться) тридцать семь минут назад. Мы забыли о сыне! Какая позорная запись в книге жизненных достижений.

Через пять минут, ровно в 23:42, мы врываемся в двери яслей. Несдержанные. Смеющиеся. Две оставшиеся няни-подростки поворачиваются в нашу сторону. По их лицу видно, что они считают нас ужасными родителями, но, согласно политике отеля, родителям надо позволять делать то, что им хочется, поэтому они лишь говорят, что сидеть с Уильямом было одно удовольствие. (Вероятно, они имели в виду, что он спал, а они сидели в Instagram.)

Я осматриваюсь.

Блин, в яслях не осталось детей, кроме нашего! Я надеялся, что мы будем не единственными безответственными родителями.

Мы подходим на цыпочках (громко и неуклюже) к крепко спящему в кроватке Уильяму. Одно ухо игрушечного зайца крепко зажато в крошечной ручке, а второе, мокрое и потрепанное, находится рядом со ртом Уильяма. Согласно плану, придуманному нами еще до входа в ясли, я беру Уильяма на руки. Это оказалось просто. Поскольку мы оба пьяны, именно мне следует нести Уильяма в отель, так как в случае падения я смогу использовать свое крупное тело, чтобы смягчить удар. Да в нас просто кричит ответственность.

> Мы с женой забыли о сыне – можно сделать запись об этом в книге жизненных достижений.

Он немного шевелится, когда я прислоняю его голову к своей груди. Я смотрю на него. Если нам повезет, то алкоголь в моем дыхании успокоит его и не даст расплакаться, если он проснется по пути в гостиничный номер.

Когда я направляюсь к выходу из яслей, тяжесть спящего сына наполняет меня отрезвляющим спокойствием. Я смотрю на жену и улыбаюсь. Она определенно покачивается – или я.

Мы извиняемся за опоздание (я объясняю, что одному из гостей потребовалась медицинская помощь, но на самом деле это ложь во спасение), благодарим нянь (позднее Элис сказала мне, что я, возможно, назвал их медсестрами, но она не уверена) и уходим.

Да, пьяные. Да, безответственные. Но полные любви и счастья.

Мы втроем возвращаемся в гостиничный номер, чтобы провести там заключительную ночь семейного заграничного отпуска Скиттлов.

День святого Валентина уже не такой, каким он был прежде.

Пятница, 15 февраля

У Уильяма пока нет импетиго. Это настоящее медицинское чудо.

Мальчика с импетиго посадили на карантин, после того как я перекинулся парой слов с менеджером яслей в начале недели…

Суббота, 16 февраля

Дежавю. Я снова стою перед металлодетекторами и не могу сообразить, как сложить эту гребаную коляску!

Понедельник, 18 февраля

Я усиленно пытаюсь вспомнить, не разозлил ли я сотрудников регистратуры, прежде чем уехать в отпуск на прошлой неделе. Я уверен, что нет, но они почему-то записали мистера Бонна первым на сегодняшний день.

Ненавижу понедельники!

Я неохотно наклоняюсь и всматриваюсь в зернистую фотографию, которую он показывает мне на телефоне. Я вижу нечто похожее на туго затянутую коричневую сумку на шнурке.

– Это мой анус.

Я покорно киваю. Конечно, это его дурацкий анус. Разве я заслужил смотреть на что-то другое в свой первый день после отпуска?

– Ясно.

Это единственное слово, которое я могу выдавить из себя. Мистер Бонн объясняет, что он сделал фото сегодня утром, чтобы я посмотрел на его проблему. Я не говорю ему, что все, что я вижу, – это туго затянутая коричневая сумка на шнурке, поэтому мне приходится поверить ему на слово. Если бы мне хотелось поспорить, то я мог бы сказать, что анус может принадлежать кому угодно, однако сегодня неподходящий для этого день. Такое можно было бы сделать в пятницу. Мистера Бонна беспокоит анальный зуд.

Господи, семейный отпуск Скиттлов теперь кажется мне давним туманным сном.

Поерзав на кресле (последнюю неделю мои ягодицы находились только на шезлонге и мягкой барной подушке), я предлагаю ему взглянуть на его проблему.

– Мой анус?

Я вздыхаю. Вряд ли я бы сейчас стал говорить о своем анусе, не так ли? Я не позволяю этим словам покинуть мой рот. Глубокий вдох…

– Да, мистер Бонн, ваш анус.

Реакция мистера Бонна, вцепившегося в пряжку ремня, говорит мне о том, что об этом не может быть и речи. Я, невпечатленный и уставший, переношу вес тела на левую ягодицу и опираюсь на подлокотник, словно моему телу тяжело находиться в вертикальном положении.

– Я не могу эффективно лечить то, что не вижу. Вы ведь это понимаете?

Спустя две минуты дальнейших дебатов и дискуссий о том, чтобы показать мне анус, я понимаю, что мистер Бонн не собирается сдвигаться с места. Он считает, что у него глисты, поскольку зуд

усиливается ночью, и хочет получить рецепт на мебендазол, антигельминтный препарат.

Мне интересно узнать, что, по его мнению, я должен был различить на этом селфи, но у меня нет на это энергии, ведь мой мозг до сих пор в Марокко. Стараясь скрыть раздражение, я объясняю, что он может купить данный препарат в любой аптеке. Рецепт не требуется. Он удивляется, услышав, что лекарство будет стоить дешевле рецепта на него. Мистер Бонн говорит, что он якобы не платит за рецепты на лекарства. Я уверен, что это чепуха. Пролистав его карту, я убеждаюсь, что это действительно чепуха: он не входит ни в одну из десяти категорий пациентов, освобожденных от оплаты рецептов. Я объявляю ему об этом, и он, к счастью, со мной не спорит. Маленькая милость с его стороны.

Пожимая ему руку, я говорю, чтобы он вернулся, если лечение ему не поможет. «Но в таком случае будьте готовы показать мне свой анус», – говорю я. Это требование, а не просьба. Когда дверь за ним закрывается, я обхватываю голову руками.

Никто, абсолютно никто не должен произносить слово «анус» так много раз в мой первый рабочий день.

Среда, 20 февраля

Я взорвусь, если еще раз услышу о поставленных перед нашей клиникой задачах. Подам заявление на увольнение и убегу отсюда в лучах народной славы. Напоминания о них в электронных письмах. На собраниях вроде того, с которого я только что выполз. На таких встречах из меня методично выбивают всю радость от работы, а каждую задачу разбивают о мою голову. И, конечно, я слышу о них тихие напоминания от коллег в коридорах.

Мое любимое напоминание я получил вчера в середине дневного приема. Мне пришло срочное смс от доктора Фила, в котором он спрашивал, почему я не провел осмотр стоп пациентки (в рамках ежегодного скрининга диабета второго типа) вчера, когда она пришла ко мне на прием. Знаете, доктор Фил, поскольку пациентка

пришла обсудить со мной интрижку мужа и разрушение ее семьи на миллион крошечных фрагментов, с моей стороны было бы странным попросить ее (пока она обливалась слезами) сбросить туфли и стянуть носки, чтобы я пощекотал ее стопы монофиламентом[19].

Чтобы. Соответствовать. Поставленным. Задачам.

> Если я еще раз услышу о поставленных перед клиникой задачах, то уволюсь и убегу в лучах народной славы.

Конечно, рациональная часть моего мозга (мне кажется, с каждым днем она становится все меньше) сочла такой ответ слишком агрессивным, поэтому я просто проигнорировал сообщение и удалил его. Путь к самосовершенствованию продолжается. Цели, которые так меня раздражают, называются целями по качеству и результатам лечения, и их достижение позволяет клиникам вроде той, где я работаю, получать дополнительные деньги и, очевидно, улучшать качество работы с пациентами. Например, если бы у нас было двести пациентов с диагнозом «гипертония» (высокое артериальное давление), то клиника получила бы дополнительные деньги при условии, что нам удастся нормализовать давление у 90 % из них так, чтобы оно было ниже 140/90 мм рт. ст. Если бы мы нормализовали давление только у 89 % пациентов, то клиника не получила бы дополнительных средств.

Меня не смущает само намерение. В конце концов, снижение артериального давления снижает риск сердечно-сосудистых заболеваний и смерти. Однако меня смущает, что нас не поощряют за достижение лучших результатов для пациентов за счет профилактики: например, нам не платят за каждого пациента, у которого нет гипертонии, благодаря тому, что мы продвигали физическую активность, диету с низким содержанием соли и успешное управление стрессом. Фокусироваться на пациентах, у которых давление уже повышено, неправильно, поскольку, вместо того чтобы решать уже существующую проблему, желательно

изначально не допускать ее возникновения. Чтобы противостоять этому подходу, терапевты уделяют все больше внимания разнообразным социальным мероприятиям от садоводства и кулинарии до знакомств для одиноких людей и советов по здоровому питанию и спорту. По моему мнению, мы душим пациентов своими поставленными задачами в самые смутные, неприятные и непонятные для них времена. Мы заставляем их приходить на консультации, где им нет места.

Я стал терапевтом, чтобы помогать людям, а не ставить галочки ради дополнительных денег.

Четверг, 21 февраля

Утром я открыл электронный ящик и увидел еще одно письмо о поставленных задачах.

С днем рождения меня!

Понедельник, 25 февраля

«Вы не можете водить машину, работать, находиться в ванной один, ходить плавать в одиночестве, залезать на лестницу без присмотра, – я делаю паузу, – и заниматься чем-либо в этом роде». Питер смотрит сквозь меня. Для него это кошмарный понедельник. Я почти вижу, как мои слова оседают у него в голове.

Поднятый ил на морском дне.

Я сижу напротив него в разгар оживленного приема, наклонившись вперед и положив руки ладонями кверху. Я просто жду его реакции. Ничего. Я даю ему больше времени. Такие новости всегда шокируют. Пластырь можно отдирать либо медленно, либо резко, – я всегда делаю это резко. Я покашливаю. Этот не слишком тонкий намек заставляет его взглянуть на меня.

«Вы понимаете, что я вам говорю?»

Он кивает. Я прищуриваюсь, не веря ему. Я знаю, что он слышит меня, но, судя по языку его тела и молчанию, не уверен, что он меня понимает. У Питера был эпизод потери сознания, когда он шел в

ресторан с женой на прошлой неделе. Он его не предчувствовал (предупреждения, например головокружения или затуманенности сознания, не было), упал вперед (тело обычно падает назад, если защитный механизм успевает сработать), несколько минут после прихода в сознание не мог вспомнить, где он находится (ему казалось, что он в гараже, где он работает автомехаником), и чувствовал сильную физическую усталость еще три дня.

Я стал терапевтом, чтобы помогать людям, а не ра- ди денег.

При обычном обмороке, который происходит, когда артериальное давление падает и кровь перестает поступать к мозгу, такие симптомы отсутствуют. Пока я осторожно сообщаю эти неприятные факты Питеру, он моргает все чаще, выходя из своего мира и возвращаясь ко мне. Я продолжаю, пользуясь его вернувшимся вниманием, и объясняю, что мы не можем исключать другие причины потери сознания, в том числе и припадок. Я вижу, как у Питера в голове загорается лампочка, и, пользуясь возможностью опровергнуть весь этот кошмар, он говорит, что у него точно не было судорог рук и ног.

Хорошая попытка. Я бы поступил так же.

Я объясняю, что, к сожалению, есть много видов припадков, в том числе те, при которых у человека отсутствуют судороги. Если бы в тот момент он был воздушным шаром, я был бы гигантской иглой. Я даю ему направление к неврологу, работающему в клинике лечения эпилепсии при местной больнице. Пока он не обратится к специалисту, ему следует воздержаться от всего, что может причинить вред ему или окружающим, если он потеряет сознание. Таким образом, пока ему нельзя одному лежать в ванне со свечами.

Я откидываюсь на спинку кресла, чувствуя себя ужасно, понимая, что для него это травматичная новость. Хотя мне очень хочется сказать: «Возможно, это был обычный обморок, так что не стоит волноваться, приятель», в его истории есть красные флаги

(предупреждения о более серьезном заболевании), на которые я не могу закрыть глаза. Хуже всего то, что его работодатель точно захочет знать, что с ним происходит. Если в его справке будут слова «припадок» или «потеря сознания», то Питера наверняка уволят (естественно, сославшись на какую-то другую причину). К сожалению, такие слова не забываются, даже если невролог решит, что все в порядке.

Я встаю, пожимаю Питеру руку и объясняю, что использовал в его справке самые общие медицинские термины, известные человечеству, чтобы «на работе не догадались, что мы подозреваем припадок». Мне нравится Питер, и я очень надеюсь, что неврологи ничего у него не обнаружат. Но если они все же что-то найдут, то я буду вынужден поставить в известность работодателя Питера и Агентство по лицензированию водителей и транспортных средств, если он сам этого не сделает. Однако я очень надеюсь, что делать это не придется ни мне, ни ему.

Вторник, 26 февраля

Я сижу, не зная, как перебить миссис Уэллс и сказать, что ей точно не требуется анализ крови на состояние предстательной железы, который она требует.

В нем никогда не будет необходимости.

Среда, 27 февраля

Это заблуждение, что британские врачи дают клятву Гиппократа. На самом деле мы вообще не даем никакой клятвы. Кроме того, нет закона, который обязывал бы нас оказывать людям медицинскую помощь в нерабочее время. Сегодня все гораздо прозаичнее, и мы просто придерживаемся этического кодекса, изложенного в книге Генерального медицинского совета «Хорошая медицинская практика» (мы, терапевты, также следуем руководящим принципам из сборника Королевского колледжа терапевтов). В книге говорится о профессиональном поведении и обязательствах перед пациентами

и обществом в целом. Можно сказать, что это искусственный моральный компас. Поэтому, когда я стою на верху лестницы железнодорожной станции и вижу, как женщина средних лет падает на ступеньки лицом вниз и начинает соскальзывать, я не могу просто вежливо перешагнуть через нее.

Когда я наконец подбегаю к ней, она уже целует нижнюю ступеньку. Первое, что приходит мне в голову, это: «Какое счастье, что она еще жива». Ей, вероятно, было непросто преодолеть таким способом половину лестницы. Она в сознании. Галочка. Левая половина ее лица уже не похожа на правую, и бетонные ступеньки под ней теперь багровые. Полгалочки. Ситуация сложная по ряду причин. Во-первых, ее лицо все еще на нижней ступеньке, а стопы – на шестой. Это значит, что ей чертовски тяжело двигаться. Почему? Что ж, после настолько неудачного падения с лестницы риск травмы позвоночника очень высок.

Во-вторых, она невероятно зла. Из-за этого она полностью игнорирует все инструкции, которые я ей даю. Например, сейчас я говорю ей: «Пожалуйста, нет. Пожалуйста! Ой! Нет! НЕТ! НЕТ. Не двигайтесь, черт возьми!» Ирония в том, что, хотя алкоголь способствовал ее падению, он наверняка сейчас облегчает боль.

В-третьих, я страшно голоден и пытаюсь успеть на один из редких ужинов с друзьями.

Я ложусь перед ней, прижавшись урчащим животом (без шести кубиков) к земле, и зажимаю ее голову руками. Поскольку я знаю, что в ее легкие поступает воздух (это точно, ведь она истерически орет), мне остается зафиксировать цервикальный отдел ее позвоночника (шею, проще говоря), пока не приедет скорая помощь и не иммобилизует ее позвоночник. Только после этого ее можно будет переместить. В таком случае мы сведем к минимуму риск повреждения позвоночника и предотвратим необратимый паралич.

Не смогу спокойно пройти мимо и не помочь женщине, которая упала на ступеньки лицом вниз.

По этой же причине людей иногда оставляют в машине после автомобильной аварии. Безопасно извлечь их может только специально обученная бригада (разумеется, если автомобиль не горит и риск взрыва отсутствует). Поскольку моя пациентка не горит, не взрывается и все еще дышит, я решаю дождаться в таком положении скорой помощи, которая, как мне сказал персонал станции, уже едет. Быстро.

Час спустя, когда я наконец приезжаю в ресторан, у парней уже уносят закуски. Хлебная тарелка разграблена, первая бутылка вина осушена. Я заказываю пиво и вспоминаю, как женщину уносила весьма впечатляющая бригада скорой помощи. Женщина лежала на спинальной доске с иммобилизованными головой и шеей, зажатыми между двумя оранжевыми блоками. На ней также был сине-белый воротник. Хотя я понимаю, зачем нужен свод руководящих принципов, я не нуждаюсь в нем, чтобы быть этичным, и вполне доволен собственным моральным компасом. Я смотрю на своих старых друзей и улыбаюсь: «Извините, парни, я сильно опоздал. Проблемы с транспортом».

Начинаем запоздалый день рождения!

Четверг, 28 февраля

Сегодня я наконец нашел свой трудовой договор (в дальнем углу шкафа с одеждой – логичное место). Делая глоток пива, я просматриваю его и нахожу то, что искал: нужно уведомить работодателя об уходе с работы как минимум за шесть недель. Я сажусь на кровать и хлопаю руками по бедрам. Не знаю, от чего меня тошнит: от радости или волнения.

Я смотрю на Элис, чтобы успокоиться. Она говорит, что дело не в волнении, а половине бутылки пива, которую я только что выхлебал.

Слова поддержки, как всегда.

Я перевожу взгляд на Уильма, но он просто лежит лицом в ковер.

Флешбэк: жизнь терапевта в частной клинике

Признаться, это было короткое приключение. В 2018 году я подрабатывал терапевтом в частной клинике. Туда приходили совершенно незнакомые мне люди и платили за консультацию. Медицинских карт не было, только устные обсуждения. Сегодня я мог бы перечислить множество причин, почему у меня ничего не получилось, но если подумать внимательно, то все сводится к одному простому факту: я ненавидел эту работу. Честно говоря, когда я оглядываюсь назад, это не кажется мне удивительным. В конце концов, я посвятил 11 лет учебе не для того, чтобы сначала выставлять пациентам счет у них перед глазами (пока они ищут свою платиновую кредитную карту), а затем проводить оплату через терминал, лежащий прямо у моего стетоскопа. Зубная паста и апельсиновый сок несовместимы. Во всяком случае, в моей жизни. Поэтому в конце года я уволился. Ниже я привожу запомнившиеся мне соломинки, сломавшие в конце концов спину верблюда-терапевта.

Надеюсь, вам понравится!

Понедельник, 27 августа

Какое счастье, что я не делаю это каждые 10 минут в государственной клинике. Я кладу трубку и жду, когда вернется четвертый частный клиент за утро, чтобы я мог принять у него оплату. По измученному тону Лизы, моего юного секретаря, любящего жвачку и Instagram, я понимаю, что она перестала надеяться, что я привыкну выставлять счет и принимать оплату в конце каждой консультации. Раздается стук в дверь. Вернулся Тедди, двадцатилетний парень, нуждающийся в скрининге ЗППП после нескольких бурных ночей. Я улыбаюсь и приглашаю его сесть.

«Еще минутку, пожалуйста».

> Я посвятил 11 лет учебе не для того, чтобы выставлять пациентам счета за лечение.

Это ложь. Я копаюсь в суперклассном Apple Mac, пытаясь найти электронный каталог со стоимостью каждого теста. Я поворачиваюсь к пациенту и улыбаюсь. Я бы сказал, что ситуация стала неловкой, но Тедди занят поиском очередного плотского приключения в своем телефоне. Я мог бы копаться в компьютере весь день, и ему было бы совершенно все равно.

Бинго! Нашел!

Я выставляю счет с вновь обретенной уверенностью, радуясь, что мне не пришлось обращаться к плану Б и придумывать расценки.

«Итак, Тедди, с вас £127», – объявляю я, подавая ему копию счета. Он и глазом не моргнул. Я таращусь на него. Действительно не моргнул. Серьезно? Да что, черт возьми, не так с этим парнем? Я только что содрал с него более ста фунтов за то, что в государственной клинике обошлось бы ему почти бесплатно. Бред какой-то. Взяв его платиновую кредитную карту (это открытый намек на то, что у человека МНОГО денег), я провожу ее через портативный терминал. У меня желчь подступает к горлу. Я сглатываю. Во время учебы в медицинской школе я даже представить себе не мог, что буду использовать те же терминалы, что кассиры в кофейне.

Забрав карту и чек, Тедди еще раз меня благодарит. Я смотрю на него, гадая, стоит ли мне сказать ему, что он сошел с ума и что в следующий раз ему стоит обратиться в чудесную, хоть и слегка облезлую государственную клинику. Однако я останавливаю себя, понимая, что на моем плече большой чип. Ну я и лицемер! Я получу процент от каждой услуги, которую он оплатит после первой консультации. Осознав ироничность ситуации и свое лицемерие, я отпускаю его без лекции.

Лиза входит в кабинет, проходя мимо Тедди с игривой улыбкой (знала бы она, какой скрининг он проходил...).

«Ваш следующий клиент пришел. Пожалуйста, не забудьте взять с него плату», – говорит она.

Я надеялся, что она хотя бы скажет это с улыбкой. Ничего подобного.

Вторник, 28 августа (09:15)

«Мы с женой боимся, что у нас инфекция мочевыводящих путей».

Тридцатидевятилетний Генри хорошо сложен и одет в дорогой костюм. Он занимается бизнесом и производит впечатление жесткого человека. Поэтому я не могу не удивиться, когда он совершенно невинным тоном произносит следующее предложение: «Жена предложила нам обоим сдать тест на инфекции мочевыводящих путей». Он делает паузу и добавляет: «А еще на хламидиоз». Если бы Генри зашел в кабинет с большим красным проблесковым маячком над головой, то сейчас он бы отчаянно крутился. Он говорит, что в данный момент его жена Ясмин находится в другой частной клинике, ближе к ее месту работы.

Логично, но подозрительно. Благодаря имеющемуся у меня клиническому опыту мне удается сохранять невозмутимое выражение лица, однако в глубине души я очень обеспокоен тем, что это может плохо кончиться для Генри и Ясмин. У них обоих уже три дня присутствует жжение при мочеиспускании. Генри сообщает, что на прошлой неделе они занимались сексом (друг с другом). Он отрицает сексуальные контакты с кем-то, кроме жены, и не опасается, что жена могла ему изменить. Как только я перестаю его расспрашивать, он кивает и терпеливо смотрит на меня. Я озадаченно смотрю на него, а затем киваю и говорю, что без проблем сделаю тест. Я называю ему стоимость анализов, подчеркнув, что в государственной клинике они были бы бесплатными, и он соглашается заплатить.

Через пять минут он возвращается из уборной. От него пахнет дорогим мылом, которое лежит у нас для клиентов. Кстати, я забыл сказать, что в частных клиниках слово «пациент» не употребляется. Странно, не так ли? Дешевое мыло в государственной клинике очищает кожу не хуже. Генри протягивает мне баночку с мочой. Крышка закрыта плотно.

Молодец.

> Странно, что в частных клиниках слово «пациент» не употребляется.

Он оплачивает экспресс-тест, результат которого будет известен через три часа. Пока я выставляю счет и провожу оплату через терминал, лежащий у меня на столе и показывающий средний палец бесплатной медицине (знаю, что с моей стороны лицемерно так говорить), я молюсь, чтобы результат был отрицательный.

Вторник, 28 августа (12:45)

Блин!

Вторник, 28 августа (12:47)

Спустя три с небольшим часа после нашей первой встречи Генри снова сидит напротив меня. Я решил пожертвовать обеденным перерывом, поскольку мужская солидарность требует, чтобы я разобрался с этим делом незамедлительно. Он выглядит как человек, знающий, откуда растут ноги у этой истории. Его истории.

«У вас хламидиоз, Генри, – говорю я и делаю паузу. – Вы должны быть со мной полностью откровенны. Были ли у вас сексуальные контакты с кем-то, кроме жены?» Я подчеркиваю, что сейчас важно не просто вылечить хламидиоз, но и оценить риск других передаваемых половым путем инфекций, включая ВИЧ, гепатит В и гепатит С, которые он мог подхватить. Ни секунды не раздумывая, он

твердо отвечает: «Совершенно точно нет. Я бы никогда так не поступил».

Поскольку ложноположительный результат этого теста – явление очень редкое, я могу прийти лишь к одному выводу: «В таком случае, Генри, вам следует пойти домой и поговорить с женой. Мне очень жаль». Я произношу эти слова с тяжелым сердцем. Я выписываю ему рецепт на антибиотики и даю направление на полный скрининг ИППП в местном государственном кожно-венерологическом диспансере (это бесплатно). Пожимая ему руку, я вижу, что в нем слились гнев, печаль, смущение, боль и отрицание. Ему не нужно ничего говорить, как и мне. Наши пути расходятся, и я желаю этому бедному парню удачи.

Среда, 17 октября

Я смотрю на срочное сообщение, отправленное всем частным терапевтам клиники, работающим сегодня. Это, наверное, шутка. Конечно, шутка. Пожалуйста. Или кто-то сегодня тупит на работе. Проводим ли мы тест на содержание монооксида углерода[20]? Шрифт Times New Roman мигает на экране. Я на секунду отвожу взгляд и снова возвращаю его на экран. Нет, я не ошибся. Нет, это не мираж. Один из терапевтов действительно задал этот вопрос.

Поясню: воздействие монооксида углерода может вас убить. Это означает, что вы не сможете дойти до ближайшей частной клиники, где вас ждут приветственное рукопожатие терапевта, дорогое мыло и дорогущая консультация. Чтобы остаться в живых, вы должны быть экстренно доставлены в отделение неотложной помощи. Монооксид углерода – это газ без запаха, который проникает в эритроциты, не давая кислороду связаться с ними. Это означает, что у вас начинается нехватка кислорода, которая может убить, если она будет достаточно серьезной. Вот почему я потерял дар речи от глупости присланного нам сообщения. К счастью, я вижу, что один из старших терапевтов набирает сообщение. Думаю, он даст разумный ответ.

Да, проводим. Он указан в каталоге на общем диске.

Что. За. Бред. Похоже, все сегодня жутко тупят. Когда мои пальцы начинают набирать сообщение с вопросом о том, учился ли кто-нибудь в медицинской школе, приходит ответ еще одного терапевта, в котором он рекомендует направить пациента в отделение неотложной помощи. Множество сообщений спустя первый терапевт так и делает. Я откидываюсь на спинку кресла, радуясь, что желание заработать немного лишних денег не пересилило здравый смысл.

По крайней мере, сегодня.

Понедельник, 22 октября

У него диарея, и, поскольку у него диарея, он очень хочет услышать от врача более подробный комментарий, чем: «У вас диарея». Именно поэтому мистер Келли сейчас сидит напротив меня, всеми силами пытаясь остановить поток, который вот-вот хлынет из его сжатой задницы. Утром он уже обращался к терапевту из государственной клиники, который сказал, что у него, вероятно, вирусный гастроэнтерит (также известный как диарея). Расспросив его обо всем подробнее, я узнал, что такие же симптомы присутствуют еще у трех парней из его офиса, с которыми они вчера вечером ели кебабы из киоска. Мне остается лишь согласиться с терапевтом из государственной клиники: у него действительно вирусный гастроэнтерит.

Для мистера Келли проблема заключается в том, что при таком диагнозе остается только ждать. Восстановить порядок в желудочно-кишечном тракте быстро не получится. Пока я пытаюсь это объяснить, поведение мистера Келли резко меняется. На его лице отражается напряжение. Колени сильнее сжимаются. Он рассеян и, к моему ужасу, выглядит как человек, который только что обделался. Я предпочитаю не спрашивать его об этом: это не изменит ход моих мыслей, но привлечет внимание к факту, который хотелось бы оставить между ним и его одеждой. Я улыбаюсь и слегка отклоняюсь

назад, надеясь, что дорогой освежитель воздуха у меня за спиной устранит неприятные запахи.

Как только «тот самый» момент мистера Келли проходит, я сажусь прямо и объясняю свою точку зрения. Поскольку терапевт из государственной клиники уже направил образец его кала на анализ на бактериальные инфекции (очень мило с его стороны сделать это на такой ранней стадии инфекции; я бы подождал дольше, учитывая клиническую историю), мне больше нечего ему предложить. Если клиника частная, это не значит, что она лучше. Меня не удивляет его вежливый протест, последовавший за простыми советами пить больше воды, есть простую пищу, когда желудок будет к этому готов, соблюдать правила гигиены (чтобы предотвратить распространение инфекции) и купить в аптеке саше для восстановления баланса жидкости в организме, если в них будет необходимость. Все эти советы он мог бы бесплатно прочитать на сайте Национальной службы здравоохранения, при этом сидя на унитазе для надежности.

> Если вы обратились в частную клинику, это не гарантирует того, что вам там помогут.

Напоследок я объясняю, что в ближайшем будущем он должен все время находиться рядом с туалетом (эта рекомендация самая важная). Я беру с него плату за ту же информацию, которую он получил бесплатно пять часов назад. Собираясь уходить, он делает попытку пожать мне руку. Язык моего тела (руки в карманах) говорит ему о том, что вежливого кивка будет вполне достаточно (так вероятность заразиться меньше). Когда дверь за ним тихо закрывается (в частных клиниках все двери захлопываются очень тихо), я иду к раковине и несколько раз мою руки.

Понедельник, 5 ноября

Мне хочется выписать ему гребаные антибиотики, чтобы я снова мог дышать. Лосьон после бритья, в котором мистер Хант искупался сегодня утром, вытеснил весь кислород из кабинета. Еще до нашей встречи, когда рядом с его фамилией в списке пациентов я прочитал комментарий «срочно требуются антибиотики от кашля», мне стало ясно, что он может оказаться очередной человеческой губкой, впитывающей все жизненные радости. Он не только не может понять, какое количество лосьона является избыточным, но и не умеет сидеть со сведенными коленями. Кроме того, он, похоже, не представляет, что значит быть приятным человеком.

Я, словно окаменевший, сижу напротив. Некоторые люди не нравятся с первого взгляда. Вы можете облить их глазурью и положить сверху вишенку, но от этого они не станут приятнее. Мистер Хант не с того начал, указав мне, что делать: срочно назначить ему антибиотики. Вежливо, но твердо я говорю, что нам следует начать с его симптомов. Он фыркает.

Фыркает! Разве так можно себя вести? Если гладить кошку против шерсти, она тебя укусит. Проходит несколько минут. К нетерпению и неудовольствию мистера Ханта, я собираю анамнез, провожу осмотр и все записываю. Диагноз – острая респираторная вирусная инфекция. Я объявляю ему новость, что у него обычная простуда. К сожалению, он считает, что у него тоже есть медицинское образование, и с побагровевшим лицом требует назначить ему антибиотики.

Только Элис может что-то требовать от меня.

Я поднимаю брови, удивляясь его дерзости. Глядя на него, я прикладываю большие усилия, чтобы сохранять спокойствие и не напоминать закипающий чайник. Затем мистер Хант вдруг произносит нечто настолько абсурдное, что я не могу не расхохотаться: «Я оплатил свое право на антибиотики!» В кабинете наступает тишина. На моем лице застывает улыбка, а голова продолжает ритмично трястись. Ну и дурак же ты! Мистер Хант смущается при виде моей реакции.

Пора прояснить ситуацию. «Мы не оказываем услуги по требованию. Я не стану назначать вам то, в чем нет никакой необходимости, – говорю я и даю ему время переварить мои слова. – Если поставленный мной диагноз не отвечает вашим ожиданиям, то я бы порекомендовал обратиться за вторым мнением». После этого консультация завершается (к счастью для меня, вовремя). Мистер Хант торопливо выходит из моего кабинета.

Я не стану назначать ненужные препараты ни в частной клинике, ни в государственной. Никогда. Я снова забыл взять плату. Кажется, я просто не создан для того, чтобы выставлять счета людям, несмотря на напоминания Лизы.

Понедельник, 12 ноября

Только что завершил шестой скрининг ИППП за утро. Похоже, в выходные в воздухе было много любви. Я вспоминаю, чем я занимался в выходные: наблюдал, как Уильям плавает в бассейне, смывал с его ножек дерьмо, в которое он умудрился вляпаться на коврике для переодевания, и стирал белье вместе с Элис.

Эта любовь немного другая.

Среда, 21 ноября

Мистер Сеймур достает форму медицинского заключения из кармана куртки. У меня сердце уходит в пятки. Он, взволнованный и потный, смотрит на меня дикими глазами и что-то тараторит. Я понимаю, что меня ждет не обычная консультация с измерением давления. Тыча потным пальцем в форму, он повторяет, что ему нужно подписать ее сегодня же, поскольку завтра он улетает в Южную Америку спасать дождевые леса. Он не сможет сделать это без подписанного заключения. Билет у него уже на руках.

– Мой терапевт не подписал его, – говорит он. После этих слов мое сердце опускается еще ниже. Я медленно киваю, пытаясь понять, во что именно меня втягивают. Ситуацию усложняет тот факт, что это частная клиника, в которую мистер Сеймур ни разу не

обращался, и я ничего о нем не знаю. Серия вопросов о том, почему терапевт из государственной клиники не подписал заключение (с какой стати он вообще решил, что это сделаю я?), может вызвать не слишком приятную реакцию, поэтому я решаю собрать анамнез заболевания. Это позволит мне выиграть время. Я объясняю, что мне необходимо знать, есть ли у него какие-либо заболевания или симптомы. Он энергично отрицательно качает головой. Я киваю (далеко не так энергично), нисколько не веря ему.

– Вы принимаете какие-либо препараты?

(Здесь я немного хитрю: если у него действительно нет никаких заболеваний, он не должен регулярно принимать препараты.)

– Только оланзапин.

А, антипсихотический препарат. Я достиг дна мутного водоема, в который мистер Сеймур меня затаскивал.

– То есть вы принимаете этот препарат, но у вас нет никакого диагноза, – говорю я с характерной для австралийцев интонацией, чтобы мои слова звучали скорее как вопрос, чем как утверждение (черт возьми, разумеется, это утверждение).

– Да.

Мистер Сеймур мой последний пациент (простите, клиент) на сегодня, и мне вряд ли хватит сил сказать ему, что это не имеет никакого смысла. Он снова тычет потным пальцем в форму заключения, давая мне понять, что ему не терпится прыгнуть в самолет и, надев футболку из органических материалов, направиться в дождевые леса.

Я понимаю, что мистер Сеймур не в порядке. Думаю, что у него диагноз вроде биполярного аффективного расстройства и сейчас у него маниакальная фаза. Я также понимаю, что он вполне может выйти из себя, когда примерно через тридцать секунд я скажу ему, что не подпишу медицинское заключение. Признаться, я решил выиграть еще немного времени. Я прошу мистера Сеймура подождать в коридоре (я уверен, что Лиза с удовольствием развлечет его болтовней, пока ее телефон заряжается), чтобы у меня

была возможность собрать больше информации. Его беспокоит тот факт, что я не поднес ручку к его листку бумаги, но не до такой степени, чтобы начать со мной битву.

> «Если поставленный мной диагноз не отвечает вашим ожиданиям, то я бы порекомендовал обратиться за вторым мнением».

Как только он выходит из моего кабинета, я подпрыгиваю к телефону и набираю номер государственной клиники, в которой он наблюдается. Реакция терапевта мистера Сеймура из государственной клиники дает мне понять все, что нужно. Оказывается, он полностью отстранился от местной службы психиатрической помощи, которая занималась лечением его биполярного аффективного расстройства (теперь диагноз подтвержден). На прошлой неделе он устроил скандал в клинике, после того как множество терапевтов отказалось подписать медицинское заключение на основании его текущего состояния здоровья. Надо отдать ему должное, он хитро поступил, обратившись в частную клинику. К сожалению, он попал не к тому терапевту.

Продолжая прижимать телефон к уху, я кладу голову на стол, понимая, в каком затруднительном положении я оказался. Я не терапевт мистера Сеймура. На самом деле я лишь врач на один раз, который окажет ему услугу за деньги. И все же мой внутренний моральный компас говорит мне, что я не могу выкинуть его из кабинета, даже не попытавшись ему помочь. Но как я могу помочь? Я думаю об этом, продолжая разговор с его терапевтом, которого явно достала эта ситуация. Мне хочется сказать ему, что он все равно обязан помочь пациенту, даже если его все раздражает. Я воздерживаюсь от этих слов, как воздерживаюсь и от проявления солидарности с ним.

План составлен: его терапевт свяжется со скорой психиатрической помощью, которая постарается связаться с мистером Сеймуром на этой неделе. Я не буду подписывать медицинское заключение, и, следовательно, не позволю ему оказаться где-то, где деревьев больше, чем в местном парке, которому, однако, тоже требуется спасение. Это значит, что он потеряет много денег, не использовав дорогой билет на самолет.

Я кладу трубку и чувствую разочарование, хотя понимаю, что больше ничего не могу сделать. На самом деле могу, но это вряд ли одобрит администрация клиники (опять). Я открываю дверь и приглашаю мистера Сеймура. Он входит. Садится. Смотрит на меня. Затем на форму заключения. Неподписанную. Я наклоняюсь к нему и наношу необходимые удары: «Хорошая новость в том, что эта консультация будет для вас бесплатной. Однако плохая новость, мистер Сеймур, в том, что я не подпишу форму». Я делаю паузу, ожидая цунами гнева, разочарования и недовольства. Он несколько раз моргает. Хмурится. А затем просто говорит: «Ладно». Я задерживаю дыхание. Ничего. Он грустно смотрит на меня. Я наклоняюсь к нему чуть сильнее и, качая головой, объясняю, что мы с его терапевтом опасаемся, что он не очень хорошо себя чувствует. Он снова кивает и не проявляет решимости вступить со мной в бой. Возможно, он понимает, что с ним не все в порядке и что поездка в Южную Америку – это импульсивная попытка сбежать. Быть может, он никогда и не думал, что это действительно произойдет.

> Для этого пациента я врач на один раз, который окажет услугу за деньги.

Я чувствую себя паршиво, наблюдая за тем, как он складывает и убирает в карман листок бумаги. История, произошедшая на прошлой неделе, повторилась. Он говорит, что просто хотел помочь. Я ему верю. Его печаль передается мне. Я чувствую ее. Мне очень хочется сказать ему, что однажды он непременно полетит туда, но я

не знаю этого наверняка и не хочу давать ему ложные надежды. Я вряд ли еще раз загляну в окно жизни мистера Сеймура, поэтому проглатываю слова, которые вертятся у меня на языке, и просто говорю: «Знаю, что вы хотели помочь». Я объясняю, что психиатры свяжутся с ним на этой неделе, и убедительно прошу его не пренебрегать ни их помощью, ни помощью терапевта (однако предлагаю найти терапевта, который будет с большим пониманием относиться к его нуждам). Мистер Сеймур спрашивает, могу ли я быть его постоянным терапевтом. Я качаю головой и отвечаю, что, к сожалению, это невозможно. Я пишу письмо авиакомпании в слабой надежде, что мистеру Сеймуру удастся вернуть хотя бы часть стоимости билетов. Он уходит как в воду опущенный.

Если бы мы находились в государственной клинике и он был бы к ней прикреплен, то я мог бы пригласить его на прием завтра, сделать его своим пациентом и оказать ему поддержку, необходимую в такой сложной ситуации. Однако он уже прикреплен к другой клинике (нельзя прикрепиться сразу к двум), и о нем должны позаботиться врачи оттуда. В мире частной медицины и конкретно в нашей клинике это невозможно. И мне это противно. До глубины души.

Среда, 12 декабря

Терапевт из государственной клиники, работающий под прикрытием в частном секторе… Именно так я чувствую себя сегодня. Большую часть утра я повторял клиентам, что им вовсе не требуются эти дурацкие дополнительные тесты и что им лучше обратиться к своим постоянным терапевтам, которые хорошо их знают. По сути, я лишаю клинику (и себя) заработка.

Свой человек.

> В частной клинике я не могу просто так пригласить пациента на прием завтра и оказать нужную поддержку.

В данный момент передо мной сидит 39-летняя Харриет. Ее давно беспокоит тревожность, а в последние несколько недель у нее появилось учащенное сердцебиение. Естественно, ее это пугает. Расспросив обо всем подробнее, я узнаю, что эти новые ощущения появились, когда она получила повышение. Теперь Харриет возглавляет отдел в рекрутинговой компании и обязана приходить на работу раньше, а уходить позже. Она пытается впечатлить руководство, для чего вливает в себя кофе в неограниченном количестве. В остальном она здорова и находится в хорошей форме. Она не принимает никакие препараты, и в ее семье нет истории ранних сердечно-сосудистых заболеваний.

Я объясняю, что пальпитация, вероятно, вызвана тревожностью и что в особенно стрессовые периоды она может принимать бета-блокатор[21] «Пропранолол», если более консервативные нелекарственные методы окажутся неэффективными. Я подчеркиваю, что ей необходимо значительно сократить потребление кофеина (она пьет так много кофе, что я удивляюсь, как она не отлетает от белоснежных стен нашей клиники) и выполнять дыхательные упражнения во время напряженных рабочих моментов.

Харриет выглядит сконфуженной, и я знаю почему: во время записи к частному терапевту ей сказали, что ей, вероятно, понадобится анализ крови (чтобы проверить работу щитовидной железы), электрокардиограмма (чтобы проверить электрическую активность сердца), а также направление к эндокринологу и кардиологу. Я качаю головой, наклоняюсь к ней и говорю, что на данном этапе это будет лишним. Она не знает, что ответить.

«Честное слово, я желаю вам – и вашему банковскому счету – всего наилучшего. Все эти тесты и направления только повысят стоимость консультации», – говорю я.

Похоже, она начала улавливать мой ход мыслей, поэтому я объясняю, что если, несмотря на лечение, пальпитация не исчезнет, она сможет обратиться в государственную клинику, где сдаст кровь на анализ, сделает электрокардиограмму и запишется к узким

специалистам. Хотя в государственной клинике все это займет немного больше времени, ей ни за что не придется платить. На этот раз она кивает с большим энтузиазмом. Через пять минут, после того как мы обсудили другие нефармакологические способы борьбы с тревожностью и ее многочисленные физические проявления, в том числе пальпитацию, она уходит, заплатив гораздо меньше, чем могла бы.

Я отклоняюсь на спинку большого мягкого кожаного кресла (такого, как Джаспер мне не купил), смотрю на блестящую картину на стене и изысканные горшечные растения (они искусственные, поэтому они всегда ярко-зеленые и за ними почти не требуется уход) и благодарю Бога за то, что частная практика меня не изменила. На самом деле я до мозга костей остаюсь врачом из государственной клиники. Мой моральный компас – это хорошая работа.

> Я очень благодарен тому, что частная практика меня не изменила в худшую сторону.

Неудивительно, что это была моя последняя смена в частной клинике.

* * *

На протяжении долгого времени я не мог понять, почему работа в частной клинике не для меня. Дело не в том, что мне иногда приходилось подрабатывать в клинике сексуального здоровья, а истории оттуда просто великолепны! Я имею в виду, что некоторые врачи обожают частную медицину и строят в ней блестящую карьеру. Им она дает то, что они ищут. Я же понял, что мне она дает то, чего я не ищу.

После долгих обсуждений с Элис, во время которых Уильям внимательно за нами следил, словно являясь ключевым участником процесса, я пришел к трем главным выводам.

Вывод первый: Мне нравится жесткая природа государственной медицины.

Что можно не любить в сырой, сложной и жесткой природе государственной клиники? Например, я просто обожаю, что у моего невероятно неудобного кресла сломано одно колесо. Что стены покрыты дешевыми листовками формата А4, а в них говорится обо всем: прививках против гриппа, похудении, бесплатных презервативах и групповых прогулках по парку для психического здоровья. Что в моем кабинете может пахнуть чем угодно, начиная от изысканного парфюма и заканчивая писсуаром заправки в субботу вечером. И, разумеется, рядом с моим компьютером всегда умирает очередное горшечное растение (прости, Элис!).

Это настоящие мертвые растения, а не искусственные мертвые растения.

В государственной клинике царит хаос, потому что жизнь хаотична. Таким образом, клиника является отражением реальной жизни своих пациентов. Кроме того, государственные клиники сражаются ожесточеннее. В них несут службу врачи, медсестры, бригады скорой помощи и многие другие невероятные медицинские и немедицинские специалисты. И это действительно служба не ради гламура, денег или условий работы, могу сказать точно. Мне нравится постоянно находиться на поле боя, поскольку благодаря этому я становлюсь лучше как врач. Комфортное пребывание в огромном стерильном кабинете с изображениями туманных итальянских холмов в сумерках и вазами искусственных подсолнухов, за дверями которого приемная с включенным двадцать первым концертом Моцарта, не отражает реальную жизнь. Все это не передает хаос, который я ищу, а скрывает его. Облицовка, за которой прячется правда. Иногда здоровье бывает уродливым, и,

чтобы выполнить свою работу хорошо, мы должны взглянуть уродству прямо в лицо и улыбнуться.

Вывод второй: Я не поклонник монетизации ожиданий пациентов.

Не поймите меня неправильно, не каждый человек, который обращается к частным терапевтам, таков. Но, как показала встреча с мистером Хантом, проблема есть, и я бы никогда с ней не смирился. Мы все понимаем, что деньги могут работать как магнит, сбивающий моральный компас человека. Частная медицина характеризуется не только моральным обязательством работать в наилучших интересах пациента, что единственное должно оправдывать ваши действия, но и давлением, которое вы испытываете, стремясь оправдать заплаченные вам деньги. Это часто приводит к чрезмерному обследованию и неоправданным действиям. Результат? Пациент начинает еще больше тревожиться о своем здоровье и платит ненужные деньги. Лично я не хочу так работать.

> В государственной клинике царит хаос, потому что жизнь хаотична.

Вывод третий: Я хочу работать с пациентом долгое время.

Как терапевт я обладаю привилегией заглядывать в окна своих пациентов. Каждый раз, когда я вижу человека, то узнаю о нем многое: какие у него предпочтения, идеи, тревоги, убеждения и ожидания. Я изучаю его здоровье вдоль и поперек. Эта концепция должна оставаться в основе работы терапевта, потому что благодаря ей заметны любые изменения. Я увижу, когда что-то, за чем я годами наблюдал через окно, вдруг изменится. Между нами завязываются доверительные отношения, полезные для здоровья пациента и моей удовлетворенности работой.

Основываясь на собственном опыте, могу сказать, что в частной медицине добиться этого сложно. Иногда такое просто невозможно. Я слышу, как вы кричите (предполагаю, что это читает не только Элис и моя мама), что сегодня это невозможно даже в государственных

клиниках. Записаться на прием сложно, врачи всегда меняются. Я все понимаю. Сегодня отношения с терапевтом отличаются от тех, что были раньше. Однако лично я стараюсь построить длительные отношения со своими пациентами. Я также считаю, что государственная медицина имеет потенциал стать прекрасной в этом отношении. К сожалению, сегодня столь важная проблема усложняется еще и тем, что с каждым годом все меньше врачей стремятся работать терапевтами на полную ставку. Чтобы решить проблему, Национальная служба здравоохранения и правительство должны разработать общий, измеримый и реалистичный план. Даже в таком случае путь будет тяжелым.

Тем не менее мы продолжаем идти вперед.

Я хочу оставаться слугой народа. Именно этому научила меня работа терапевтом в государственной клинике. Я хочу, чтобы мои услуги были доступны всем, а не только тем, кто может позволить себе оплатить мое время. Как ни странно, я уважаю частную медицину и радуюсь, что она существует. Во-первых, услугами частных врачей могут воспользоваться те, кто этого хочет. В конце концов, это их выбор, так почему бы не дать им возможность пользоваться платными услугами, если у них есть на это средства? Во-вторых, вы можете записаться на прием в удобное для вас время, а не на 11:23 во вторник, когда вам, вероятно, нужно быть на работе. В-третьих, частные клиники позволяют немного разгрузить государственные клиники, не справляющиеся с повышенной нагрузкой. Несмотря на все это, частная медицина не для меня.

В конце рабочего дня я хочу иметь расцарапанные колени, а не мягкие увлажненные руки.

Национальная служба здравоохранения – один из лучших и самых любимых институтов нашей страны. Да, она далека от идеала, но нас, британцев, это устраивает. Мы должны гордиться тремя принципами работы Национальной службы здравоохранения, разработанными в 1948 году тогдашним министром здравоохранения Эньюрином Бивером, и стараться сохранить их. Медицинская помощь:

- отвечает потребностям каждого;
- является бесплатной на момент оказания;
- основывается на клинических потребностях, а не платежеспособности.

> В конце рабочего дня я хочу иметь расцарапанные колени, а не мягкие увлажненные руки.

Если учесть радикальные изменения, произошедшие в медицине, обществе, экономике и политике с момента создания Национальной службы здравоохранения в 1948 году, станет очевидно, почему соответствовать этим ключевым принципам сегодня сложно. Страна изменилась. Здоровье людей изменилось. Национальная служба здравоохранения не изменилась. По крайней мере, незначительно. Но она старается меняться, по возможности не отклоняясь от этих трех принципов. Лично мне нравится работать в соответствии с ними. Я буду держаться за все три принципа. Именно поэтому я собираюсь остаться в государственном секторе медицины до конца своей карьеры.

Март 2019 года

Понедельник, 4 марта

Мне хотелось несколько минут посидеть на унитазе в тишине с 15:00. Сейчас 19:15.

Вторник, 5 марта

Разговор с семилетним Райаном и его мамой о больном колене не должен быть таким трудным. Утром он спрыгнул с верхней перекладины лестницы на школьной площадке, как делают все семилетние дети. Ерунда, с ним все будет в порядке. Однако из-за того, что в мой кабинет залетела оса, разговор осложнился.

Пока Райан завязывает шнурки, чтобы вернуться в школу, я объясняю ему и его маме принципы лечения растяжения одной из связок коленного сустава.

«Колено не напрягать, прикладывать лед раз в...» Бз-з-з, бз-з-з. Я резко отклоняюсь назад, когда эта крошечная фигня пролетает мимо моего лица, а потом сто раз ударяется о лампу дневного света. Мне стыдно, что я так откинулся, испугавшись десятимиллиметрового желто-черного непрошеного гостя, поэтому я возвращаюсь в обычное положение максимально непринужденно. Мама Райана удивленно смотрит на меня. Что ж, это понятно. Райан, однако, ничего не заметил. Я улыбаюсь, понимая, что оса напрочь лишила меня мужского достоинства. Прочистив горло, более сильным и глубоким голосом я продолжаю разговор о плане лечения Райана. «Как я уже говорил, прежде чем нас ТАК грубо прервали», – шучу я, указывая на осу. Шутку явно не оценили, судя по каменным лицам напротив меня. Я продолжаю: «Колено не напрягать, прикладывать лед и поднимать ногу по вечерам, если она будет отекать. Однако в целом вы...»

Мне хотелось несколько минут посидеть на унитазе в тишине с 15:00. Сейчас 19:15.

Я замолкаю и быстро наклоняюсь, раскачивая головой, как мокрый пес, который пытается высушиться. Оса снова оказалась в районе моей головы. Любое доверие ко мне как к профессионалу испарилось в тот момент, когда я завизжал. Стараясь вернуть самообладание (понимая, что от него уже ничего не осталось), я смотрю, как оса подлетает к Райану и его маме. Даже глазом не моргнув, они демонстрируют поразительное спокойствие перед лицом такого чудовища. В лучшем случае слегка дергают головой, словно легкий ветерок пощекотал им шею. Мои конвульсии стали дополнительным гвоздем в гробу успеха всей консультации. Поняв это и убедившись, что нога Райана не отвалится, я признаю свое поражение и провожаю их до двери.

В моем кабинете устанавливается тишина, по крайней мере на несколько секунд. Я стою и осматриваюсь.

«Я слышу тебя, мерзавка», – смело говорю я осе. Теперь мы остались наедине. Давид и Голиаф (пока не уверен, кто из нас кто). Я набираюсь смелости и решаю поймать ее, но не убивать, поскольку это противоречит моей профессиональной этике. Кроме того, я хочу внушить Уильяму, что любая жизнь ценна, даже если речь идет о раздражающей букашке вроде осы. Прежде чем я успеваю придумать план, судьба вмешивается. Мои глаза следят за тем, как оса шумно пролезает в вентиляцию и улетает во внешний мир.

Свобода. Независимость. Облегчение.

Вызывая следующего пациента (теперь прием задерживается), я понимаю, что это к лучшему. Вероятно, мне бы не удалось поймать осу, и она бы меня ужалила.

Удачи, подруга. Увидимся в следующий раз. Я уверен, что встречу твоих сельских братьев и сестер позднее в этом году.

Среда, 6 марта

Я мгновенно узнаю эту заразительную улыбку, несмотря на то, что у ее обладательницы нет волос. Миссис Коллинс вернулась ко мне через восемь месяцев после того, как у нее диагностировали рак груди. Когда она подходит ко мне, я тепло улыбаюсь. Я ненавижу себя за то, что внимательнее не следил за ходом ее лечения, и завидую другому терапевту, который, вероятно, это делал. Я протягиваю к ней руки и крайне непрофессионально ее обнимаю, делая это намеренно. Я хочу быть непрофессиональным, потому что стремлюсь установить с ней связь. За это время многое произошло. Операция, в ходе которой ей удалось сохранить грудь. Химиотерапия. Долгая битва. Я внимательно ее слушаю, положив подбородок на руку и поставив локоть на стол. Она говорит, что, по мнению хирургов, все прошло максимально хорошо. Онкологи тоже настроены оптимистично. В ее глазах сияет надежда: она видит свою дальнейшую жизнь без рака и улыбается.

Я тоже начинаю улыбаться, радуясь за нее, относительно незнакомую мне женщину, плачущую от облегчения и счастья. У меня в уголках глаз тоже выступают слезы, и я начинаю быстро моргать. Миссис Коллинс видит это. Она кладет свою руку на мою и говорит: «Спасибо».

Я откидываюсь на спинку кресла и со смехом отвечаю: «Какое счастье, что вы все же послушали меня и сходили на консультацию к онкологу!»

Она хлопает меня по руке, давая понять, что я был прав. Я рад, очень рад. Если бы она тогда не обратилась к онкологу, то потеряла бы не только волосы и сегодня мне пришлось бы подписывать свидетельство о смерти, а не больничный лист. Я наклоняю голову, весело смотрю на нее и говорю: «Неужели у вас еще не отросли волосы?» С прежней заразительной улыбкой она говорит, что все не так быстро. Она не соглашалась на некоторые варианты лечения, поэтому специалисты какое-то время топтались на месте. А затем она несколько раз попадала в больницу с разными инфекциями, из-за чего лечение рака приходилось откладывать.

Я киваю. Если учесть все это, ей повезло, что рак не успел распространиться. Я бросаю взгляд на часы, когда миссис Коллинс сворачивает больничный лист и аккуратно убирает его в сумку. Консультация длилась гораздо дольше десяти минут, но это не имеет никакого значения. Именно такие моменты и разговоры с пациентами укрепляют мою веру в профессию. Работа становится ценной. Именно поэтому я не отпускаю миссис Коллинс так долго. В итоге это она уходит от меня! Я хочу искупаться в ее позитиве и использовать его, чтобы не потерять собственную силу и мотивацию.

Она настоящая героиня!

Пятница, 8 марта

После нескольких кружек пива и фахитас с курицей (по пятницам Скиттлы всегда едят фахитас) мы с Элис не просто обсудили план, но и поставили его на колеса. Шаг первый: мы даем объявление о продаже нашей квартиры. Шаг второй: мы переедем в сельскую местность в июне этого года и, как я уже говорил, поселимся сначала в съемном доме, а потом уже купим свой. Шаг третий: чтобы первый и второй шаги были успешными, мне нужно уволиться из клиники и найти новую работу в сельской местности. К счастью, Элис графический дизайнер-фрилансер, поэтому она может работать, где бы мы ни находились.

Простой, но надежный план.

Допив пиво и переев фахитас и сыра, я растягиваюсь на диване. Положив ноги на Элис, я выдыхаю с облегчением и говорю: «Когда нужно это сделать? Когда мне сказать коллегам, что я ухожу?»

Это риторический вопрос. Элис, тоже объевшаяся, поворачивается ко мне со своей стороны дивана. Я вижу, что она беспокоится за меня, ведь она понимает, что уход с работы – неприятный процесс. Кроме того, она хорошо меня знает и понимает, что я боюсь подвести коллег. В тот момент, когда я собираюсь ответить на этот вопрос, в радионяне раздается шорох. Уильям наверняка только что перевернулся на живот и теперь обнимает игрушечного зайца Банни.

Он уже наполовину съеден, и как минимум одно его ухо почти всегда пропитано слюной. Уильям днем и ночью спит с этим зайцем с самого рождения. Они единое целое. Я слышу этот шум, смотрю на Элис и думаю о приключениях, которые нам принесет сельская жизнь… Затем проглатываю тревоги и говорю: «Не волнуйся, дорогая, это будет очень просто». Я делаю паузу, а затем продолжаю: «Я скажу всем в конце месяца. Так у них будет время, чтобы найти мне замену».

Я действительно считаю, что так и сделаю.

Честно.

Понедельник, 11 марта

Сегодня все идет не так. Мой стол – это склад грязных колпачков от ушных термометров, манжет для измерения давления разных размеров, использованных латексных перчаток, еще не успевших переместиться в мусорку, и банок с мочой. Это метафора всего дня. Я ни о чем не могу думать, мой мозг перегружен. Он окаменел от необходимости выполнять требование за требованием целый день. Я пытаюсь написать ответ на три мигающих на мониторе сообщения от других терапевтов, но у меня не выходит: прямо сейчас я не в состоянии даже внимательно их прочесть. Мне уже третий раз за пять минут звонят из регистратуры. Безусловно, они хотят подсунуть еще какое-то дерьмо, чтобы я окончательно утонул. Я решаю проигнорировать этот звонок, как и предыдущие два. Последний пациент только что вышел из кабинета, вывалив на меня шесть сложных проблем, которые он специально копил. Чего люди реально ожидают? Неужели они думают, что я успею решить их проблемы за 10 минут, которые у нас в распоряжении? Ожидания пациентов, пребывающих в сказочном мире, часто не соответствуют реальности. Однако это мы виноваты, что так происходит.

Я с трудом перевожу взгляд на часы. Прием задерживается уже на сорок минут. Еще немного энергии покидает меня, когда я понимаю, что большинство из оставшихся пяти пациентов будут в бешенстве.

Разумеется, при этом они будут ждать, что я решу их многочисленные проблемы за мгновение, как цирковая обезьяна. Когда я отрываю руки от расшатанного стола, раздается более громкий звук, чем я ожидал.

Прости, старый друг.

Меня окончательно выбил из колеи стресс сегодняшнего дня.

Я не справляюсь.

Я стискиваю зубы. Мое тело напрягается, хотя я этого не желаю. Мне хочется закричать. Честное слово, очень хочется. Все это слишком. Более того, я хочу расплакаться. В кармане вибрирует телефон – Элис звонит. Раньше, когда у меня были поганые дни, я старался сделать голос повеселее, чтобы она не волновалась, но сегодня впервые за долгое время не могу. Я выдыхаю, понимая, что сложные времена не только у меня. Последнее время Уильям постоянно плачет (мы думаем, у него зубы режутся), и изможденная Элис ищет поддержки. Что делаю я? Я ставлю собственный плохой день выше ее плохого дня. Она жалуется, а я жалуюсь еще громче. Какой я бесчувственный придурок! Я не только никак не поддерживаю ее, но и нагружаю несколькими мешками эмоционального быстросохнущего цемента.

> Мое рабочее место – это склад грязных колпачков от ушных термометров, манжет для измерения давления, использованных перчаток, еще не успевших переместиться в мусорку, и банок с мочой.

На экране высвечивается четвертое сообщение, не более желанное, чем три предыдущих. Я просматриваю список задач, продолжая неконтролируемо ныть в трубку Элис. Сердце уходит в пятки. После окончания приема нужно написать огромное количество направлений к узким специалистам, и я говорю Элис, что мне нужно идти. Звучит сухо, отстраненно и вовсе не так, как мне следовало бы с ней говорить.

Через минуту Франческа входит в кабинет и садится. Ей двадцать один год. Я очень надеюсь, что ей просто нужен рецепт на оральные контрацептивы. Я выдавливаю из себя широкую улыбку и спрашиваю, чем могу помочь. Пока она ерзает на стуле, готовясь к нападению, я думаю, не пора ли начать формулировать вопрос следующим образом: «С какой ОДНОЙ проблемой я могу вам помочь?» Что-то должно измениться. Я, как и любой другой терапевт, не могу за 10 минут решить несколько проблем безопасно, эффективно и полно. Боже, я опять жалуюсь, но моей эмоциональной устойчивости скоро придет конец. Если вам интересно, почему так много терапевтов выгорают и уходят, то перед вами отличный тому пример – я, просто хороший терапевт. По крайней мере, я на это надеюсь. Однако сейчас я настолько ненавижу свою работу и то, что она со мной сделала, что готов встать и уйти, хотя все эти годы старался делать все возможное для людей, сидящих напротив меня.

Ухожу. Решено. Гребаная работа.

Сидя перед Франческой и выслушивая ее четвертую проблему (она рассказывает мне одновременно о боли в тазу, продолжающейся четыре года, и покалывании в правом указательном пальце, длящемся два дня), я знаю, что сейчас произойдет. И происходит. Я козел, настоящий козел и поступаю совершенно нехарактерным для себя образом, вытравливая ее из кабинета своей истерикой. Разумеется, я не могу прямо сейчас устранить твою боль в тазу, а что касается пальца, кто знает? Может, покалывание исчезнет еще через пару дней, так почему бы не проявить немного терпения и не подождать больше сорока восьми часов? Произнося эту тираду, я понимаю, что Франческе, вероятно, пришлось ждать этой консультации две недели. К тому же она даже не попала к своему постоянному терапевту. Я понимаю, как проблемы накапливаются, однако мне не становится от этого легче. Мы стараемся привлечь к терапии больше молодых врачей, однако численность терапевтов

постоянно снижается. К сожалению, меня это не удивляет. Такие дни, как сегодня, у большинства терапевтов бывают каждую неделю.

> Ни один терапевт не может за 10 минут решить несколько проблем пациента безопасно, эффективно и полно.

Франческа выходит из кабинета, явно собираясь взять в регистратуре бланк жалобы. Но мне нет до этого дела. Сегодня, по крайней мере. Мне просто хочется поплакать. Я чувствую, как к глазам подступают слезы, пока я сижу в окружении теплого моря баночек с мочой и списка дел, который издевательски смеется над моей некомпетентностью каждый раз, когда я на него смотрю. Я всхлипываю и смотрю на пол, стараясь не расплакаться, но ничего не получается. Итак, сидя среди всего этого медицинского хлама, я позволяю себе немного поплакать. Я снимаю напряжение, которое копилось последние восемь месяцев. Удивительно, но его не снимали даже радости развивающейся семейной жизни и поездки в отпуск. Я делаю глубокий вдох. Нужно запомнить этот момент и двигаться дальше. В конце концов, что еще мне остается? Выбежать из кабинета? Мир продолжает вращаться, а я вместе с ним. Спустя тридцать минут после ухода последнего пациента я все еще не сажусь за бумажную работу и даже не выключаю компьютер, просто ухожу, чтобы поехать домой, ведь там я смогу выплакаться в уединении. Возможно, я сейчас встретился лицом к лицу с переломным моментом.

Приятно познакомиться.

Вторник, 12 марта

Войдя в кабинет, я увидел на столе четыре выстроенных в ряд банки с теплой мочой. Эти мочевые солдатики ожидают моих приказов. Бросая их в мусорное ведро, я очень надеюсь, что утренних пациентов не оскорбит запах общественного туалета. Я верю, что сегодняшний день будет лучше, чем вчерашний, потому

что вчера мне было совсем не весело. Оглядываясь назад, я понимаю, что вчера у меня произошел полноценный срыв.

Я никогда не плачу. Точнее говоря, редко. Тем не менее я уверен, что время от времени все мы срываемся, как это произошло со мной вчера. Если проанализировать ситуацию, можно перечислить сразу несколько слившихся воедино грозовых фронтов. Я был перегружен работой и не успевал завершить прием вовремя. Ко мне обращались очень непростые пациенты, чьи проблемы были слишком сложными, чтобы решить их за 10 минут – или быстрее, поскольку я пытался наверстать время. К сожалению, последний пациент оказался самым трудным, к тому же я встретил его в самом плохом настроении. Если объединить все факторы, получится грандиозная буря. Такие бури всегда кажутся концом света.

Вчерашний день ничем не отличался, и уже дома злость на клинику сменилась чувством вины за то, что я не сделал для пациентов достаточно и даже наказал их, будучи в стрессе. Затем чувство вины переросло в обиду на работу, лишающую меня радости от помощи людям. Я понял это вчера вечером, когда сел за стол с листком бумаги и попытался проанализировать произошедшее. Это процесс катарсиса, и сегодня мне уже лучше. Сейчас я не говорю, что не зализываю раны, однако мне стало ясно, что я вел себя слишком драматично, конца света не произошло и я не уйду с работы под воздействием необузданных эмоций. Я постараюсь провести сегодняшний день и всю неделю в эмоциональном равновесии.

Будем держать пальцы крестиком.

Среда, 13 марта

Равновесие, где ты? Я точно видел тебя прошлым летом. Похоже, кто-то очень хочет, чтобы на этой неделе я разлюбил свою работу. Мои невинные глаза усердно обрабатывают результаты анализов крови мистера Кейла, а уши работают еще усерднее, выслушивая свирепые слова, вылетающие из его рта. После непростого начала

недели мои губы, должен отметить, старательно пытаются не произнести то, что может привести к увольнению.

Я понятия не имею, кто такой мистер Кейл, поскольку никогда его не видел. Если учесть состоявшийся между нами разговор, мне совершенно не хочется узнавать его получше. Это еще один недостаток профессии терапевта: нам приходится брать пациентов других терапевтов и интерпретировать результаты анализов, которые им уже назначили. В данном случае это пациент Дэна, который мне нравится, поэтому я не могу сильно злиться (однако я отомщу ему, когда миссис Талли сдаст кровь на анализ). Трудность в том, что иногда приходится подгонять незначительно отклоняющиеся от нормы результаты анализов под малоизвестную историю болезни и результаты осмотра, проведенного кем-то другим.

Наклонившись к экрану и просматривая результаты, я не могу не думать о том, что ни за что не назначил бы некоторые из данных тестов пациенту, который долгое время чувствует себя усталым. Честно говоря, узнав об образе жизни мистера Кейла, я бы сказал ему (очень вежливо) свалить отсюда. Он чувствует усталость, поскольку восстанавливается после простуды, живет в городе, работает в консалтинге шесть дней в неделю, выпивает от двадцати пяти до тридцати пяти единиц алкоголя в неделю и почти всегда ложится спать в час ночи после игр в Call of Duty на приставке. Мужчина-ребенок! Я бы решил, что он не нуждается в сложном аутоиммунном профиле и анализе крови на иммуноглобулин, поскольку это пустые затраты, они совершенно бессмысленны. Однако в данный момент эта информация была бы лишней, поскольку результаты анализов действительно слегка отклоняются от нормы. Несущественно, по моему мнению.

К сожалению, мистер Кейл не считает отклонение от нормы несущественным, несмотря на мои заверения. Я смотрю на часы на экране телефона: консультация длится девять минут и тридцать две секунды. И снова объясняю, что небольшое отклонение результата

анализа от нормы не является большим поводом для беспокойства (разумеется, он мне не поверил) и что я бы порекомендовал ему повторно сдать кровь через три месяца. Я также советую ему немного похудеть, перестать пить и нормализовать сон. Когда я говорю об этом, стараясь немного сгладить ситуацию, мистер Кейл переключает передачу. С десяти минут сорок одной секунды до одиннадцати минут двух секунд он читает мне лекцию о том, что терапевт должен знать всю его медицинскую историю (с того момента, как его прикрепили к нашей клинике тридцать два года назад) и в подробностях обсудить его случай с терапевтом, назначившим анализы.

Я вытаскиваю мистера Кейла из его вымышленного мира в реальность. Он лишь один человек из пятнадцати, которых я должен обзвонить друг за другом, прежде чем начать личный прием пациентов (первый из них, кстати, пришел за двадцать три минуты до назначенного времени). Хотя я говорю ему это в более мягкой форме (опять же, не желая, чтобы меня уволили в ближайшем будущем), все же хочу донести до него, что я открываю карту в тот момент, когда набираю телефонный номер пациента. Проще говоря, у меня нет времени пролистывать карты пациентов и, неспешно попивая хорошо заваренный чай, изучать их медицинскую историю за 32 года.

Знаете ли, мистер Кейл, несколько дней назад мне пришлось более пяти часов ждать возможности сходить в туалет (естественно, я произношу это предложение мысленно, а не вслух).

Когда мы оба делаем паузу, чтобы отдышаться, я чувствую, как повышается мой уровень стресса. Понедельник повторяется. Я чувствую в себе потребность покончить с этим, прекращаю оживленные дебаты и просто записываю его на прием к Дэну (терапевту, назначившему анализы) позднее на этой неделе. Я объясняю, что мы с ним поговорим долго и подробно (вряд ли, но, думаю, мы перекинемся парой слов, если встретимся у туалета) и что

он наверняка захочет и дальше вести мистера Кейла, чтобы не прерывать доверительные отношения врача и пациента.

«В нашей клинике к этому стремятся».

> У меня нет возможности изучать истории болезней моих пациентов.

Хотя это правда, на меня накатывает волна тошноты при мысли о том, что сегодня мы обязаны ублажать каждого. Наконец разговор завершается. Я выдыхаю, загоняя стресс вглубь себя, и на вдохе нажимаю на электронную карту, набрав номер следующего незнакомого мне пациента. Я улыбаюсь тому, что сегодня хотя бы не плакал.

Пока.

Пятница, 15 марта

Неделя, начало которой чуть меня не сломило, закончилась хорошо. Я получил благодарственную открытку с подписью: «Самому доброму и приятному врачу из всех, кого мы встречали». Ее прислала семья пациента, которому я оказывал помощь в последние несколько месяцев его жизни. Я хочу плакать, но на этот раз льются слезы радости.

Знаю, я снова плачу.

Эта неделя – эмоциональная катастрофа.

Понедельник, 18 марта

Я пришел к интересному выводу, оглянувшись на произошедшее за неделю и получив возможность подумать обо всем спокойно. Я понял, что все это было не просто очередным штормом и сопровождающим его стрессом. Проблема также была в уязвимости. Мне всегда было стыдно признаваться в ней. Отчасти это связано с тем, что она свидетельствует о моей неуверенности в себе. Возможно, вы удивитесь, но она продолжает тихо мучить меня

долгие годы. Это своего рода синдром самозванца. Мне страшно, что я могу быть недостаточно хорош как терапевт. А отчасти это связано с тем, что мне кажется, будто я не соответствую требованиям, которые предъявляет ко мне современное общество. Считается, что терапевты должны быть сильными и уверенными в себе людьми, которые не плачут, переутомившись.

В тот момент мне казалось, что я не справляюсь и подвожу своих пациентов. Я чувствовал себя самозванцем. Хотя я не думаю, что синдром самозванца быстро пройдет, и понимаю, что ожидания общества могут идти куда подальше. Мужчины и женщины, испытывающие целый спектр эмоций и без страха выражающие их перед лицом общества, вовсе не слабы: они великолепны.

Среда, 20 марта

Пока все нормально. Ни драм, ни смертей. Никто (новый) меня не возненавидел, и даже обошлось без слез. Подходя к дому 89-летней миссис Кукер, я внутренне улыбаюсь маленьким, но важным победам, позволяющим сохранять здравый рассудок. Этот визит на дом, чтобы решить проблему с запором миссис Кукер, должен стать еще одной маленькой победой. Пациентка страдает тяжелой деменцией и упорным запором, который является побочным эффектом коктейля из обезболивающих препаратов и стареющего кишечника.

Меня обеспокоил утренний звонок одной из ее сиделок: она не опорожняла кишечник уже больше недели, хотя ежедневно получала три разных слабительных. Медицинская статистика не на нашей стороне, поэтому я уже стучу в дверь. Открывает сиделка, и после короткого обмена любезностями я прохожу в семейный дом мистера и миссис Кукер. Мистер Кукер скончался более десяти лет назад, но я улыбаюсь, прослеживая его жизнь на продуманно расставленных семейных фотографиях. Высокие и гордые люди, запечатленные на снимках, стоят рядом с больничной постелью, занимающей центральное место в комнате.

Миссис Кукер крепко спит. Я смотрю ее фотографии тридцатилетней давности. Она была очень красивой, с заразительной улыбкой, и до сих пор такой остается.

«Спит целый день», – говорит сиделка, нарушая ход моих мыслей. Я не запомнил как ее зовут, а теперь уже поздно спрашивать, и обещаю себе впредь быть внимательнее с именами сиделок. Просматривая записи дежурных, я убеждаюсь в том, что миссис Кукер действительно не ходила по-большому уже девять дней. Учитывая тяжесть ее деменции, я вряд ли получу много информации от нее самой. Честно говоря, я думаю, что разговор со мной ее только встревожит. Решая не будить ее, я измеряю жизненные показатели. Аккуратно приподняв руку миссис Кукер, я надеваю манжету тонометра. Давление в норме. Пульс тоже в норме.

Убрав тонометр в чемоданчик (теперь я всегда делаю это сразу, потому что ненавижу забывать свои вещи дома у пациентов, а потом возвращаться за ними), я надеваю на ее палец пульсоксиметр. Итак, 95 процентов. Не прекрасно, но и не ужасно для ее возраста, долгой истории курения и постоянного нахождения в постели. Температура в норме. Однако, собираясь приложить головку стетоскопа к верхней части ее грудной клетки, чтобы прослушать сердце, я замечаю, что ее грудь поднимается и опускается очень быстро, и убираю стетоскоп. Это нехорошо. Я измеряю частоту дыхания: тридцать три вдоха в минуту. И измеряю еще раз, чтобы удостовериться, что я ничего не перепутал. Нет, все верно.

Похоже, что запору миссис Кукер придется подождать (хотя он может быть усугубляющим фактором, если он очень серьезный), поскольку у нее проблемы повесомее. Я думаю, что у нее дыхательная недостаточность второй степени. Это означает, что она не получает достаточно кислорода и углекислый газ плохо выводится из организма.

Я делаю шаг назад и смотрю на нее. Черт возьми, она не спит, она без сознания! Я подозреваю, что из-за возросшего уровня углекислого газа она его и потеряла. Закончив телефонный разговор

с ее сыном, который является ближайшим родственником, я теперь знаю, что семья (от лица самой миссис Кукер) выступает за все уровни медицинского вмешательства, в том числе госпитализацию. Это упрощает мне задачу. Я звоню в скорую помощь и одновременно делаю все, что могу: усаживаю миссис Кукер повыше, чтобы ей было легче дышать, и отслеживаю ее жизненные показатели. К сожалению, я не могу обеспечить ее дополнительным кислородом.

Если бы мы не вызвали скорую помощь, она, вероятно, мирно и безболезненно умерла бы в течение следующих нескольких часов. Хотя я думаю, что для человека с настолько тяжелой деменцией это был бы гуманный вариант, мое мнение не имеет значения. Я могу лишь снабдить родственников информацией, чтобы они приняли обдуманное решение в ситуации, когда пациент не может сделать это самостоятельно (или, как в случае миссис Кукер, не обозначил свои пожелания до болезни).

Скорая помощь приезжает через двенадцать минут, а еще через 15 миссис Кукер перекладывают на носилки и увозят в больницу. Я буду очень удивлен, если она когда-либо из нее выйдет. Это путь в один конец.

Предпочла бы она умереть дома?

Я предупреждаю ее родственников о плохом прогнозе, но они не обращают на это внимания. Они сосредоточены исключительно на лечении. На обратном пути в клинику я чувствую спокойствие, и не спрашивайте почему, понятия не имею. Может, потому что решение было простым? Оно касалось только медицины, а не чего-то промежуточного.

Возможно.

Я звоню Элис и болтаю с ней об утре с монстром Уильямом, который становится все более энергичным.

Спокойствие перерастает в любовь.

Четверг, 21 марта

Я уже смазал колеса. Я еще раз перечитываю электронное письмо, желая убедиться, что оно достаточно непринужденное, чтобы менеджер Джаспер не беспокоился, но при этом достаточно прозрачное, чтобы понять, что хочу обсудить нечто важное. Я навожу курсор мыши на «отправить». Клик! В этот момент колеса приходят в движение: я попросил организовать встречу, на которой официально подам заявление на увольнение. Мои коллеги должны знать, что я их покидаю. Это очень важно сделать сейчас, поскольку мы уже подыскали коттедж, который арендуем в июне, и нашли человека, заинтересованного в покупке нашей городской квартиры.

Мне просто нужно как можно дольше не ронять воображаемые вращающиеся тарелки…

Суббота, 23 марта

Новые выходные, следующий урок плавания. Я набираю воду в рот, когда Уильям снова плещется передо мной. Теперь он напоминает уже большую картофелину, выпавшую из грузового контейнера. Пришлось отказаться от шортиков стриптизера, поскольку его бедра теперь в них не влезают, несмотря на все усилия Элис. Отныне мы с ним гордо носим одинаковые плавательные шорты с пальмами.

Спокойствие перерастает в любовь.

Подсознательно я считаю себя клевым папой, но возвращаюсь в реальность, увидев, как мой живот раскачивается в прозрачной воде. Все мои иллюзии исчезают. В низкорослом морже в шортах с пальмами нет ничего сексапильного. Мое внимание переключается на воду, успевшую согреться на внутренней поверхности щек. Я перевожу взгляд на шесть других детей, не контролирующих мочеиспускание и стул, когда наш инструктор по плаванию Хэл просит нас поместить своего ребенка перед собой. Глядя в большие карие глаза Уильяма, в которых читается полное непонимание

происходящего, я осознаю, что вода, которая сейчас находится у меня во рту, процентов на 75 состоит из мочи, и прожигаю взглядом Хэла.

Приятель, пожалуйста, дай нам зеленый свет.

Я случайно проглатываю немного воды. Надеюсь, что там в основном моча Уильяма. Наконец Хэл кивает нам.

Время игры.

Я смотрю на своего дорогого мальчика. Ни о чем не подозревая, он широко улыбается своим беззубым ртом. И после этого я выплевываю содержимое своего рта, полного мочи, в его рот.

Это называется «борьба с боязнью воды».

Понедельник, 25 марта

Джаспер ответил, что встреча состоится в среду после утреннего приема.

Меня снова затошнило…

Среда, 27 марта

Лежа на смотровой кушетке, я чувствую себя выброшенной из воды и задыхающейся золотой рыбкой, принимаю более удобную позу и стараюсь подсчитать, сколько пациентов здесь лежало. Затем сдаюсь. Я не могу сосредоточиться. У меня потные руки и беспокойные ноги, а сердце стучит в грудную клетку с такой силой, будто хочет удостовериться, что я все еще здесь.

Уже скоро.

Приподнявшись, чтобы взглянуть на часы, я понимаю, что время пришло. Пора объявить Джасперу, что я ухожу из клиники. Это так тяжело. Золотая рыбка продолжает задыхаться без воды. Я еще никогда не увольнялся с работы, и, к счастью, меня пока не увольняли. Я понимаю, что у меня нет никакого опыта, на который можно было бы опереться и сделать все правильно.

Это похоже на расставание с девушкой? Черт, от такого сравнения мне не легче, ведь бросали всегда меня.

Похоже, придется действовать вслепую. Блин! Нет. Дерьмо! Может, мне не стоит это делать и еще не слишком поздно? Может, я могу подойти к Джасперу и сказать, что я попросил о встрече, чтобы поговорить о большом кожаном кресле с высокой спинкой, о котором я просил в прошлом ноябре? Может, нам с Элис и Уильямом стоит остаться в городе? Здесь не так уж и плохо, а у городской жизни есть множество плюсов.

Может, может, может.

Я делаю глубокий вдох, понимая, что сдуваюсь.

Возьми себя в руки!

Я смотрю на себя в зеркало. Оттуда за мной наблюдает усталый человек, который очень изменился за последние семь месяцев. Я улыбаюсь, потому что за этой усталостью стоит гораздо более разнообразная и счастливая жизнь, полная мотивации. Я думаю об Элис и Уильяме. Словно прочитав мои мысли, Элис присылает мне фотографию, на которой они с Уильямом лежат на кровати с его любимой плюшевой собачкой Доглетт. Фотография подписана: «УДАЧИ. МЫ ТЕБЯ ЛЮБИМ. Э. И У. ЧМОК».

Все сомнения улетучиваются. Я поднимаюсь с кушетки и переключаю мозг с ручного управления на автоматический. Я иду в офис Джаспера, готовясь сдать ему свое заявление. Проходит две минуты, и Джаспер смотрит на меня. Теперь уже взволнован он, а не я. Я спокойно улыбаюсь и использую трюк, который применяют терапевты для объявления плохих новостей. Я склоняю голову набок и делаю предупредительный выстрел: «У меня есть новость, которая тебе не понравится, приятель». А затем, когда он наклоняется вперед и через стол протягивает свою руку к моей, словно желая сказать: «О, прошу, не нужно это делать», я опускаю гильотину. Я объявляю, что собираюсь уйти с работы в начале июня этого года.

Я устал и очень изменился буквально за семь месяцев отцовства.

Закончив говорить, я подаю ему заявление, в котором слова, которые он так не хотел слышать, прописаны черным по белому, буква за буквой. Он опускает голову на стол. Я избегаю слов «мне жаль», потому что на самом деле мне не жаль. Я понимаю, что мне легко найдут замену. Я хороший терапевт, но я надеюсь, что они найдут потрясающего терапевта, на которого не будут так часто жаловаться. Я терпеливо жду. Теперь, когда смертельный удар нанесен, я чувствую себя спокойно. Пусть гильотина отдыхает, сделав свое дело. А я жду, когда Джаспер оторвет голову от стола. Когда он наконец делает это, то смотрит на меня и произносит: «Черт возьми, Макс!» Я улыбаюсь и невинно пожимаю плечами, говоря, что здесь нет ничего личного, а потом добавляю, что можно во всем винить Уильяма.

Через 15 минут я возвращаюсь в свой кабинет, сажусь в кресло и делаю косой оборот (колесо сломано с июня). Оно будет моим всего около десяти недель. После чего сломанное колесо будет проблемой для кого-то другого.

Чистый лист. Я давно не начинал сначала. Как здорово!

Пятница, 29 марта

Должен признаться, я измотан. С того момента, как я объявил о своем уходе, я уже сорок восемь часов веду непростые разговоры с другими терапевтами, медсестрами и администраторами нашей клиники. К своему удивлению, я осознал свое место в команде. Передо мной широкий спектр реакций, от полного (и, как мне кажется, чрезмерного) опустошения до абсолютного безразличия (не будем называть имена, доктор Фил). По этой причине я сейчас счастлив сидеть и отдыхать несколько минут, пока переводчик с китайского разговаривает с мистером Ли, моим последним пациентом за день. Я говорю «несколько минут» осмысленно. Взять, к примеру, последний вопрос: я попросил переводчика узнать у мистера Ли, нет ли у того болей в груди. Ответ мистера Ли на китайском длится двадцать две секунды (я тайно засекал время).

После короткой паузы переводчик просто ответил: «Нет». Я приподнял бровь.

Я сажусь в свое рабочее кресло и делаю косой оборот, так как одно колесо сломано с июня прошлого года.

Ничего не зная о китайском языке, я связываю это временное несоответствие со своим языковым невежеством. Или, быть может, переводчик на самом деле не говорит по-китайски и обманывает меня, придумывая какое-то дерьмо. Как бы то ни было, я не спорю. Именно такой ответ мне и хотелось услышать в пятницу вечером.

Я откидываюсь на спинку кресла и слушаю другие потенциально выдуманные ответы, медленно, но верно настраиваясь на выходные.

Апрель 2019 года

Среда, 3 апреля

Я еду домой на автобусе после завершения непримечательной первой половины недели, занятой, как обычно. И устал я, как всегда. Казалось бы, я должен оценить сегодняшний день семью баллами из десяти по шкале силы, с которой меня раздражали пациенты (во время визита на дом мне дали стул, который сломался, как только я на него присел, из-за чего я улетел на ковер, испачканный кошачьим дерьмом). По идее, я должен расстраиваться, сердиться и находиться в стрессе, однако не чувствую всего этого. Даже сейчас мне поразительно спокойно.

Я еще немного сдвигаюсь, поскольку меня вытесняют четыре полных пакета в руках крошечной старушки, сидящей рядом со мной, и улыбаюсь. Никакой реакции. Просто остекленевший взгляд вдаль. Я слышал, что в сельской местности все иначе. По крайней мере, в телешоу о деревенской жизни так показывают. Я хихикаю, думая об этом. Мне весело, несмотря на то что на меня давят четыре пакета пожилой дамы. Сегодня я много думал об утках. Вероятно, это связано с тем, что теперь я пою Уильяму на ночь песню «Пять маленьких утят». Разумеется, я думаю о них не впервые (помните нас с Элис на свадьбе в прошлом сентябре?). Будучи уткой, в данный момент я бы был ее верхней частью, которая невозмутимо и легко скользит по поверхности воды.

Возможно, уже прошли времена, когда я был нижней частью тела утки, постоянно перебирающей лапами и преодолевающей сопротивление воды. Сопротивление жизни. Что изменилось? Кто знает. Может, дело в том, что я наконец объявил об уходе с работы? Формализовал начало конца одной из жизненных глав и гальванизовал начало нового приключения. Быть может, это произошло бы в любом случае. Возможно, это спокойствие

временное, и завтра я снова превращусь в одного из нервных терапевтов. Разве может кто-то это знать?

Я вновь улыбаюсь крошечной старушке с четырьмя пакетами. Никакой реакции. Что ж, может, мне слегка улыбаются ее пакеты? Морщатся так, словно улыбаются? Думаю, теперь я могу с уверенностью сказать, что мои жизненные приоритеты расставлены правильно. Я отец, муж и только потом терапевт и работаю, чтобы жить, а не живу, чтобы работать.

Клише из поздравительных открыток слева, справа и в центре.

Четверг, 4 апреля

Иногда самые сложные случаи мне наиболее близки. Френ и Майк сидят передо мной, держась за руки. Они мне очень нравятся. Они недавно поженились, и это именно те люди, которых я готов видеть в компании своих друзей. Что ж, говоря «в компании своих друзей», я на самом деле имею в виду «в компании друзей Элис». Она популярная девчонка с кучей друзей, а я ее антисоциальный муж, автоматически принятый в компанию после свадьбы.

Френ и Майку слегка за тридцать, и они уже одиннадцать месяцев пытаются зачать ребенка, но пока безуспешно. Просмотрев на компьютере их медицинские карты, я поворачиваюсь и спрашиваю, как у них дела. Они бы не смогли работать на телевидении с теми фальшивыми улыбками, которые они выдавливают в ответ на мою реплику. «Знаете, мы не теряем позитивного настроя», – говорят они, но от этого их улыбки не становятся убедительнее. Я отвечаю с такой же искусственной улыбкой: «Разумеется». Очевидно, они подвергают себя огромному давлению, пытаясь зачать ребенка. Секс превратился из удовольствия в обязательное задание, которое необходимо выполнять ежедневно в течение семи дней до овуляции и одного дня после. Кстати, я все знаю, потому что ранее они приходили ко мне на консультации по отдельности, о чем оба упомянули. Конечно, я не могу сказать им об этом (как ни странно, из соображений конфиденциальности).

Хотя присутствие на консультации обоих – положительный шаг, это все равно вхождение в неизведанные воды. Искусственные улыбки застыли на наших лицах, и я решаю, что пришло время идти вперед.

«Как у вас обоих дела? – спрашиваю я и делаю паузу. – Я имею в виду, на самом деле».

Это опасно открытый вопрос, учитывая эмоциональное напряжение, которое влекут за собой попытки зачать ребенка. Они обмениваются взглядами. Это сигнал к началу запланированной атаки. Зеленый свет, который словно говорит: «ВПЕРЕД! ВПЕРЕД! ВПЕРЕД!» Поерзав на стульях, они переходят к делу и говорят, что хотели бы пройти диагностику бесплодия. Я киваю, давая им понять, что спрашивать об этом нормально и я их понимаю. Кроме того, я этого и ждал. Чего еще они могут хотеть от меня? Должен отметить, что я действительно их понимаю. Наш с Элис путь к Уильяму тоже был долгим и непростым. Имея похожий опыт, я понимаю их и, естественно, хочу помочь.

Я выпрямляю спину, прочищаю горло и объясняю, как это работает в государственных клиниках. Поскольку скоро будет год с начала их попыток зачать ребенка, я говорю, что мы уже можем организовать диагностику бесплодия. Кстати говоря, я знаю, что многие люди думают, будто экстракорпоральное оплодотворение (ЭКО) проводят женщинам и парам за счет государства. На самом деле для этого нужно соответствовать огромному списку сложных критериев, которые варьируются в зависимости от вашего места жительства (получается, что это ЭКО-лотерея по почтовому индексу). Эти критерии включают в себя индекс массы тела, возраст и отсутствие у партнеров детей от предыдущих отношений. Часто мне очень тяжело обсуждать это с парами, которые приходят, желая больше узнать о бесплатном ЭКО. Мне приходится говорить, что они не подходят для этой программы, потому что у одного из партнеров уже есть восемнадцатилетний сын или потому что они старше допустимого возраста. Такие разговоры всегда заканчиваются плохо. Ладно,

вернемся к Френ и Майку. Их плечи расслабляются, и два воздушных потока, которые они выдохнули, устремляются в мою сторону.

«Но, – говорю я, и воздух тут же снова задерживается в их легких, – ваши шансы на естественное зачатие все равно очень высоки. До девяноста процентов в течение двух лет».

Разумеется, все хотят, чтобы шанс был равен ста процентам, однако решает реальная жизнь. Как терапевт я должен жить в реальном мире. Внушать пациентам нереалистичные ожидания – это верный рецепт катастрофы. Большой катастрофы. Они кивают, все понимая. Думаю, они немного ослеплены тем, что могут получить в результате этих тестов.

Ответы. Уверенность. Результаты. И ребенка.

Обследование Френ начнется с проверки уровня одного из ее женских гормонов под названием прогестерон. Анализ необходимо сдать за семь дней до начала менструации, чтобы подтвердить наличие овуляции. Поскольку у нее регулярный менструальный цикл и проблем со здоровьем нет, то другие анализы пока не требуются. Это хорошая новость. Менее положительная новость заключается в том, что им с Майком придется сделать тест на хламидиоз. Говорить об этом парам – примерно то же самое, что проводить ногтями по меловой доске. Я убеждаю их, что это необходимый неприятный момент, без которого не обойтись, если понадобится обратиться к репродуктологу. Они снова ерзают на стульях, внутренне съеживаясь при мысли о том, что им придется сдать анализ, который они надеялись оставить в подростковом возрасте. Майку действительно придется вернуться в то время. Понимаете, он испытает не боль от забора крови, а удовольствие от мастурбации (однако ему придется собирать сперму в стерильную пластиковую баночку, находясь в больничном отделении, полном других мужчин, ждущих своей очереди). Анализ образца спермы – самый простой способ проверить качество и количество сперматозоидов.

Когда я сообщаю эту новость, он поднимает брови, словно говоря: «Что ж, ясно». Клиническая мастурбация, ее не утаишь. Последний

бедняга, которому пришлось делать это в клинике, сказал мне, что, когда он вернулся домой, жена набросилась на него с вопросом: «Ну, о ком ты думал?» Подозреваю, что безопасного ответа на этот вопрос не существует. К несчастью, ответ принес ему ноль очков, поскольку он сказал, что даже не пришлось об этом беспокоиться, ведь там было порно. От такого ответа сложно отмыться.

Через 10 минут Френ и Майк поднимаются, вооруженные направлениями на анализы и нездоровым чувством срочности. Они как лошади, прыгающие через изгородь. Я решаю снова усадить их на минуту, чтобы напомнить о важности регулярного секса. Им нужно постараться не превращать его в пункт из списка дел, рядом с которым ставят галочку каждый месяц. Стресс и давление оказывают огромное влияние на качество спермы и фертильность. Итак, я говорю им с улыбкой: «Продолжайте развлекаться». На этом моя роль сексолога завершается, а я добился новых успехов в этой области с тех пор, как в прошлом ноябре помог Лее решить проблему с большим пенисом партнера. Они уходят, делая вид, что успокоились, но я-то знаю, что это не так.

> Неизвестность сильно изматывает людей, которые хотят завести ребенка.

Незнание того, можете ли вы иметь детей, невообразимо изматывает в эмоциональном плане. У людей есть представление, какой должна быть их жизнь. Однако многим не приходит в голову, что дорога к этой жизни может иметь обходные пути, заграждения и даже тупики. Неудачные попытки зачать ребенка испытывают и человека, и пару физически, психологически и эмоционально. Они обладают такой силой, что могут разрушить даже самые крепкие отношения. Иногда человека разрывает на кусочки изнутри, и он становится беспомощным. Заканчивая заполнять карту, я надеюсь, что Френ и Майка эти трудности обойдут стороной.

Воскресенье, 7 апреля

Ленивое воскресное утро не удалось. Лежа в постели, я пытался накормить Уильяма пюре из груши и йогуртом, пока Элис была в тренажерном зале. Поразительно, что малышу удалось забросить еду так высоко на стену. К сожалению, недавно покрашенную. Думаю, Элис снова начнет со мной разговаривать, после того как я отмою стену и придумаю, как описать случившееся так, чтобы моя идея не звучала по-дурацки. Оглядываясь назад, я понимаю, что она действительно была дурацкой.

Вторник, 9 апреля

Я никогда не смущался на консультации. До сегодняшнего дня. Я также никогда не думал, что если такой день наступит, то источником моего смущения будет Фрэнк, тучный 44-летний строитель, у которого несколько недель назад была диагностирована компульсия[22], связанная с просмотром порно. Его привычка смотреть порно настолько сильна, что он легко мог бы обойти опытного Хью Хефнера. Более того, она значительно влияет на качество его жизни, поскольку он ставит порнографию выше семьи, работы и социальной жизни. Все это похоже на зависимость, при которой человек готов пожертвовать всем самым дорогим, поскольку цена для него не имеет значения. Но пока зависимость от порно не является формально признанным заболеванием в Великобритании.

Мне неловко, я ерзаю на кресле и делаю глоток холодного кофе, пытаясь замаскировать комок, катающийся в горле то вверх, то вниз. Мои щеки краснеют, я пытаюсь подобрать подходящие слова и подавить неловкую улыбку.

Черт возьми, что я могу сказать на это?

Он снова повторяет свои слова, решив, что я его не услышал.

«Доктор Макс, вы лучшее, что когда-либо случалось со мной, – говорит он, и я киваю. Мне кажется, что Фрэнк слишком торопится. – Это вы, ВЫ мое лекарство».

Господи!

Не зная, что сказать, я еще раз киваю и отвечаю, что рад помочь. А затем я рушу все и говорю, что именно такие моменты поднимают меня каждое утро. Часть меня умирает внутри, когда эти слова вылетают из моего рта. Это не финальная глава какого-нибудь бульварного романа, и, кроме того, метафорические отсылки к эрекции здесь неуместны. Я пытаюсь замолчать, но мне не хочется, чтобы мы сидели в тишине, поскольку так у Фрэнка появится возможность и дальше петь мне дифирамбы.

Я откидываюсь на спинку кресла, чтобы между нами появилось пространство, в котором любовь между врачом и пациентом сможет рассеяться. Из нас вышла бы отличная пара! Крупный строитель и пухлый терапевт в накрахмаленной рубашке с тщательно спрятанной детской отрыжкой на манжетах. Я прочищаю горло и перенаправляю энергию в комнате на то, что он скажет мне дальше. Он хочет оставить все по-прежнему. Я киваю, а Фрэнк говорит, что он просто хочет и дальше наблюдаться у меня. По его мнению, я его лекарство.

Какая честь! Элис умрет от смеха, узнав об этом. Фрэнк, однако, еще не совсем сошел с ума. В конце концов он признает, что психологическая разговорная терапия и групповые встречи ему помогли. Кроме того, у него есть хорошая виртуальная группа поддержки (хотя я считаю странной идею об онлайн-поддержке для людей с порнозависимостью). Несмотря на это, он утверждает, что на самом деле именно ежемесячные разговоры со мной о его самочувствии помогают ему.

Я смотрю на него, не веря своим ушам, и не знаю, что сказать. Во время большинства наших консультаций мы просто болтаем. Обычно я всего лишь говорю: «Не смотри порно, Фрэнк», а потом спрашиваю, не стали ли срастаться трещины в его семейной жизни. Вам необязательно быть терапевтом, чтобы делать подобное. Тем не менее я вижу по его лицу, что он говорит искренне. Это не первый раз, когда пациенты используют меня таким образом, и, думаю, не последний. Люди воспринимают своего терапевта не только как

эксперта по заболеваниям, но и как беспристрастного и умеющего хранить тайны друга, который подскажет, на верном ли они пути к выздоровлению. Я считаю это правильным, поскольку быть терапевтом не значит просто назначать лекарства и тесты для лечения различных заболеваний. В некоторых обстоятельствах верные слова и сочувствующие уши могут оказывать лечебное действие.

> Я – пухлый терапевт в накрахмаленной рубашке с тщательно спрятанной детской отрыжкой на манжетах.

Зная об этом и чувствуя себя умиротворенно благодаря поданному мной заявлению на увольнение, я тепло принимаю комментарии Фрэнка и улыбаюсь. Ради обратной связи с ним и информации о возможном прогрессе я записываю его в очередь на телефонный звонок через четыре недели. Зачем мне противостоять ему? Как я уже сказал, иногда пациенту требуются не лекарства, терапия и направления к узким специалистам, а десятиминутный разговор.

Похоже, я играю роль паба.

Среда, 10 апреля

Я был прав: Элис много смеялась вчера вечером и сегодня утром.

Спасибо, любимая!

Четверг, 11 апреля

Ровно в тот момент, когда я снимаю единственную гребаную пару одноразовых перчаток, которая у меня с собой, миссис Абвиль говорит мне о выделениях, которые сочатся из какого-то места между пальцами левой ноги. Через пять минут я выхожу из ее дома и по пути в клинику повторяю единственную мантру: не трогай лицо, не трогай лицо, не трогай лицо. До банки со спиртовым гелем и жестким мылом, предназначенным специально для медиков, осталось всего пять минут.

Руки, сегодня вы приняли на себя удар. Я вам обязан.

Четверг, 12 апреля

Обычно, просматривая в пятницу вечером результаты анализов, я делаю это только с одним открытым глазом и чувством надвигающейся беды. Я всегда боюсь увидеть какой-нибудь жуткий результат анализа крови. Он наверняка меня ждет, ведь сегодня пятница. Паршивые вещи часто случаются, когда ты готовишься шагнуть в выходные.

Я делаю глоток кофе, стараясь игнорировать свернувшееся в нем молоко, как я это делал весь день. Сорок три результата просмотрены. Пока никаких драм, но впереди еще три результата. Часы тикают ритмичными движениями, как мой личный чирлидер. Остался всего один. Черт! Серьезно? Когда содержание гемоглобина в крови, взятой у пациента сегодня утром, равно 71 грамму на литр крови (нормальный диапазон для взрослых составляет от 120 до 180 граммов на литр), а три месяца назад показатель был равен 105, то мне нужно бить в колокола. Если этого не сделать, то пора искать другую работу (и юриста).

Я открываю карту пациента. Это Джефри Уилкинс, очаровательный старичок, имеющий в свои 89 лет богатую медицинскую историю. У него нерегулярный сердечный ритм (для его нормализации он принимает кроверазжижающие препараты – идеально, когда результаты анализов говорят, что вы теряете кровь), хроническая болезнь почек четвертой стадии (стадий всего пять, и чем стадия выше, тем хуже), регулярные обмороки и история рака кишечника. Если бы вы попытались представить себе идеальный клинический шторм, то вам на ум пришел бы кто-то вроде Джефри. Если учесть его состояние здоровья, нет ничего удивительного, что содержание гемоглобина в его крови ниже нормального уровня. Когда у вас так много заболеваний, гемоглобин неизбежно страдает (мы называем это «анемия хронических заболеваний», что неоригинально), однако его содержание не должно быть настолько низким.

Некоторые пациенты воспринимают своего терапевта как беспристрастного и умеющего хранить тайны друга.

Я набираю номер Джефри. В трубке раздаются гудки, а я нетерпеливо топаю ногой.

Господи, я очень надеюсь, что он еще жив.

Джефри явно теряет кровь. Я должен узнать, есть ли у него симптомы, связанные с настолько большой кровопотерей, и, что самое важное, откуда он теряет кровь. Ах да, еще нужно узнать, где, черт возьми, все это происходит. Тот факт, что он принимает препараты, делающие кровь очень жидкой, не идет Джефри на пользу.

Я поднимаюсь: он снял трубку. Я с облегчением выдыхаю, ведь мне все-таки удалось с ним связаться и он еще жив. Следующие несколько минут я рассказываю ему о результатах анализа и своих опасениях. Оказывается, в последнее время у него действительно появилась одышка (естественно, ведь содержание гемоглобина в твоей крови предельно низкое, Джефф, и твое тело не получает достаточно кислорода; разумеется, я объясняю это менее резко).

«Но я только сел пить чай», – отвечает он на мои слова о том, что я хотел бы прислать за ним скорую помощь. Я пытаюсь максимально четко объяснить, что хочу, чтобы он продолжал жить и мог насладиться чаем завтра, и очень прошу позволить мне вызвать скорую помощь. Он неохотно соглашается. Я сажусь, чувствуя облегчение. До этого бывали ситуации, когда мне приходилось идти к пациенту домой и убеждать его поехать в больницу. По эгоистичным соображениям мне не хочется делать это сегодня, в пятницу вечером.

Не тогда, когда мы едим фахитас.

Я прошу Джефри доесть пудинг, а потом собрать сумку на ночь, взять все свои лекарства и ждать прибытия скорой помощи в течение часа. Я также звоню его сыну и рассказываю обо всем. Он принимает эту новость как сын, которому уже проходилось воевать

со своим отцом, и говорит, что скоро приедет к нему домой. Три звонка спустя (третий звонок был в больницу: я предупредил, чтобы там ожидали Джефри) скорая помощь уже находится в пути.

Я выключаю компьютер и смотрю на своего ритмичного чирлидера, который теперь показывает 19:02. Хреновый вышел из тебя чирлидер! Элис уже уложила Уильяма спать, поэтому можно не торопиться. Я подарю ей немного времени наедине с собой, что сейчас является роскошью. Потом я выхожу из клиники и медленно шагаю домой. Я оставляю работу до следующей недели, но держу пальцы крестиком, чтобы с Джефри в выходные все было хорошо.

Надеюсь, он насладился пудингом.

Воскресенье, 14 апреля

В эти выходные я прочитал статью о том, что в одной из лондонских больниц есть терапевтический кот. Интересно, можно ли организовать что-то подобное в нашей клинике? Да, у нас нет кота, но мы могли бы использовать Уильяма: передавать его от пациента к пациенту, чтобы они могли с ним обниматься. Это одновременно терапия и бесплатный детский сад, который нам понадобится, когда Элис вернется к работе. Что здесь может не понравиться? Подождите, я кое-что понял. Я ведь уеду через два месяца!

Ну что ж!

Понедельник, 15 апреля

Я вернулся на работу, и, как это бывает в понедельник, мир снова сошел с ума.

– Вы серьезно? – это единственный вопрос, который я могу задать Пиппе и ее маме (неудивительно, что папа решил не приходить на такую консультацию).

– Да, им нужна справка. Они сказали, что нам следует обратиться по этому поводу к терапевту.

Кстати, фраза «обратитесь к терапевту» – это как миллион длинных ногтей, которые скребутся о только что покрашенную

меловую доску. Дело в том, что это обычно означает: «Отстаньте от меня, пусть кто-то другой решает ваши проблемы». Это лень, а для меня лень – одна из трех самых ненавистных человеческих характеристик.

Обдумывая то, что сказала мне Пиппа (школа требует справку от врача, чтобы она могла выходить на уроках и менять гигиеническую прокладку во время обильных менструаций), я качаю головой в отчаянии.

Насколько отсталыми и бесчувственными могут быть учебные заведения!

Я смотрю на экран компьютера, не в силах поверить, что эту бедную девушку вынудили прийти ко мне и признаться в своей проблеме. А еще попросить справку. Я смотрю на нее и улыбаюсь, выпуская гнев, накопившийся во мне, хотя я все еще пребываю в умиротворенном состоянии.

– Разумеется, я выпишу справку. Не беспокойтесь, в ней все будет сказано предельно четко.

Я имею в виду, что собираюсь сообщить работникам школы, как глупо они себя ведут, заставляя девочку делать то, за что им должно быть стыдно. Кроме того, если письмо терапевта так высоко ценится, я собираюсь изменить ситуацию. Я пишу в справке, что Пиппу нельзя спрашивать, зачем ей нужно выйти, поскольку она может начать стыдиться совершенно естественного физиологического процесса и подвергнуться травле, чем и является требование о справке.

Когда Пиппа и ее мама собираются уходить, держа в руках две копии справки, я говорю, что, если у сотрудников школы будут еще какие-либо архаичные просьбы, они должны связаться со мной напрямую. После их ухода я сажусь в кресло и смотрю в пустоту, снова прокручивая в голове эти странные пять минут.

Серьезно, что случилось со здравым смыслом?

Среда, 17 апреля

Нет ничего лучше благодарственной открытки на полке, внушающей пациентам уверенность в том, что я не полный идиот. Кроме того, на более простом уровне открытки помогают мне чувствовать себя прекрасно. Однажды мне даже пришла в голову идея подписывать благодарственные открытки самому себе и ставить их на полку, но потом я понял, что различные профессиональные руководящие органы вряд ли оценят такое творчество. Поэтому, когда сегодня перед началом утреннего приема я читаю благодарственную открытку от Ника, юноши, у которого в начале января я заподозрил диабет первого типа, позднее подтвержденный в больнице, то улыбаюсь от уха до уха.

Он пишет, что привыкает к новым препаратам, снова чувствует себя энергичным и теперь является вице-капитаном школьной команды по регби. Он благодарит меня за то, что я уделил ему время и проявил искренний интерес к поиску причины плохого состояния. Я вытягиваю руку и ставлю открытку на полку рядом с очередным мертвым растением, купленным Элис.

Спасибо, приятель! Ты сделал мой день лучше!

Пятница, 19 апреля

Словно феникс, восставший из пепла… Миссис Кукер действительно выписали домой после почти месяца в больнице. Сказать, что я удивлен, – это не сказать ничего.

Непобедимая.

Понедельник, 22 апреля

Новая неделя принесла новый сюрприз: на этот раз хороший. Я обнимаю ее. Много воды утекло с тех пор, как Наталья приходила ко мне семь месяцев назад. Когда я последний раз видел ее в сентябре прошлого года, это была совсем другая женщина. Неузнаваемая и тонувшая в абьюзивном браке. Ее сын Итан непременно стал бы свидетелем насилия, это был лишь вопрос времени.

Сегодня Наталья выглядит прекрасно. Покидая мои объятия, она широко улыбается и садится. Сразу заметно, насколько уверенно она себя ведет: спина прямая, говорит с мягкой решительностью, от которой была лишь тень при нашей последней встрече. Она разводится (и, к счастью, начала эту процедуру самостоятельно). Теперь они с Итаном вдвоем живут на съемной квартире. Она снова начала работать и в будущем думает получить высшее образование. Наталья независима и видит впереди новую дорогу, по которой пойдет без своего мерзавца-мужа (да, мне все еще периодически приходится иметь с ним дело как с пациентом).

Я не перестаю улыбаться и пока не произношу ни слова, только киваю. Улыбаюсь и киваю. И вновь улыбаюсь. Я внимательно слушаю рассказ о пути, который она прошла. Очевидно, что он был нелегким, что вполне ожидаемо, когда дело касается домашнего тирана. Встреча с социальным работником была очень полезна, поскольку Наталья получила поддержку, доступ к услугам адвоката и рекомендации о том, как чисто, безопасно и с хирургической точностью извлечь себя и Итана из этих токсичных отношений. И ей это удалось. Им удалось.

Шире всего я улыбаюсь, когда она говорит мне об Итане: он вышел из своей скорлупы и снова отлично справляется в школе. О чем еще можно просить? О благодарственной открытке? Чепуха! Я откидываюсь на спинку кресла и вдруг понимаю, что Наталья, возможно, обратилась ко мне по совершенно другой причине, никак не связанной с насилием, жертвой которого она являлась. Забавно, что, когда у людей происходят настолько важные события, легко забыть о банальных проблемах со здоровьем. Жизнь продолжается, несмотря на травмы.

Я удивленно поднимаю брови. У Натальи нет жалоб, она просто хотела встретиться со мной и поблагодарить меня. На моем лице снова появляется улыбка. Я искренне радуюсь за нее и Итана. Такие встречи затмевают все те бесчисленные консультации, когда мне

говорят, что я делаю недостаточно, не решаю проблемы (которые нельзя решить) и – мое любимое – не проявляю сочувствия.

После ухода Натальи я смотрю на монитор компьютера, в ее открытую медицинскую карту. Как мне передать ее новообретенную силу словами? Сначала я просто пишу: «Процветает». Затем удаляю это и пишу то, что больше расскажет о Наталье новому врачу, если он когда-либо прочтет ее карту: «Ранее жертва домашнего насилия, теперь победительница. Она процветает».

Я надеюсь, что другие вдохновятся ее историей и поймут, что вырваться из круга насилия возможно.

Вторник, 23 апреля

Глаза, я просто ненавижу глаза! Я имею в виду, что это единственная часть тела, которую я вряд ли научусь лечить с уверенностью. Кроме того, я почти уверен, что в медицинской школе я проспал все лекции, связанные с глазами. Если у пациента не обычная глазная инфекция (конъюнктивит), то он, сам того не подозревая, присоединится ко мне в глубоких, темных и неизведанных водах.

Терапевт – это не мастер на все руки: проблемы пациентов становятся все более сложными, и перегруженные больницы все чаще повторно направляют пациентов к терапевтам для долгосрочного наблюдения. Это плохая новость для Грэма, который сейчас сидит напротив меня в солнцезащитных очках. В 09:10. Не самым солнечным утром.

Солнцезащитные очки Грэма – это красный флаг для меня. Однако он не подозревает, что ему невероятно повезло, потому что в прошлые выходные я по неизвестным причинам посетил однодневную конференцию по офтальмологии (область медицины, изучающая глаза). Это означает, что теперь я настоящий эксперт по лечению глаз. Грэм все еще сидит передо мной в очках, несмотря на то что сейчас мы в темноте. Я выключил свет и опустил жалюзи, параллельно задавая ему вопросы о здоровье глаз. Как оказалось,

его глаз вдруг покраснел, стал болезненным и светочувствительным (поэтому мы сидим в темноте). Зрение тоже стало затуманенным.

Раньше я никогда с таким энтузиазмом не кивал пациентам с проблемами глаз. Черт! Я откидываюсь на спинку кресла. Я понял! У Грэма острый передний увеит, серьезное воспалительное заболевание передней части глаза. Я никогда не видел его раньше, поэтому очень взволнован, но не подаю виду. Я объясняю Грэму, что ему нужно обратиться в местную больницу, где ему окажут помощь офтальмологи (помните это слово?). Они проведут осмотр с помощью специального оборудования, подтвердят диагноз и назначат лечение (глазные капли).

Терапевт – это не мастер на все руки.

Он кивает в моем направлении, и, поскольку он выглядит как Стиви Уандер, я могу лишь предположить, что он кивает мне. После этого он уезжает в больницу с направлением в руке, а я звоню офтальмологам и предупреждаю, что он на пути к ним.

Надеюсь, он не заблудится.

Я думаю о том, что сегодня вечером мне следует включить Уильяму Стиви Уандера в рамках нашего музыкального образования.

Среда, 24 апреля

Что ж, похоже, чудеса бывают не только в детских сказках. Я не могу поверить своим глазам. Пэтси (142,6 кг) жива. Она дома, и на ее лице все та же легендарная улыбка. Это неудивительно, ведь Национальная служба здравоохранения ее разбаловала: она лежит на новой большой больничной кровати, и над ней блестит закрепленный на потолке механический подъемник.

Я на секунду закрываю глаза и вспоминаю, как выглядела передняя стена ее дома. Нет. Я не помню, чтобы там была дыра в форме Пэтси, заложенная кирпичами. Пэтси пыхтит, старясь сменить положение, используя различные тросы, закрепленные на стальном

каркасе на потолке. А я пока жду и просматриваю длиннющие записи врачей из больницы, похожие на медицинскую версию «Войны и мира» Толстого. Это неудивительно, ведь Пэтси находилась в больнице с ноября прошлого года.

Я смотрю на Пэтси, которая теперь сидит с прямой спиной. «Вы долго лежали в больнице, не так ли, Пэтси?» Она смеется и говорит, что даже не мечтала из нее выйти.

Неужели? Ведь я тоже боялся, что этого не произойдет. Однако я также не думал, что она может попасть в больницу. Мне казалось, что она всю жизнь будет заточена в своем доме.

Цель моего визита формальна. Никто из нашей клиники не посещал ее долгое время (отчасти потому, что она наслаждалась больничными протираниями губкой, за которые ей следует поблагодарить ни о чем не подозревавшую медсестру), поэтому мы должны были проведать ее. Я с удовольствием вызвался сделать это, ведь она входит в топ-пять моих любимых пациентов. Я говорю: «Могу ли я чем-нибудь помочь вам?» Когда эти слова вылетают из моего рта, я понимаю, что совершил типичную ошибку новичка, и задерживаю дыхание, осознавая, что фитиль зажжен.

Пэтси не смотрит на меня. Вместо этого она бьет себя по жиру на руке и наблюдает, как он раскачивается.

«У меня все хорошо, спасибо, – говорит она, добавив после небольшой паузы: – Как вам кажется, я похудела?»

Фитиль гаснет. Я смотрю на нее, не веря своим ушам. К сожалению, я сомневаюсь, что Пэтси когда-нибудь сможет значительно похудеть, но все равно хочу похвалить любое усилие в этом направлении. Поэтому я снова лгу и говорю, что ее лицо выглядит худее. Как радостно сказала мне сама Пэтси, у нее все хорошо. После того как я обнял ее, поцеловал в щеку и попросил держаться подальше от неприятностей (и больниц), я ухожу обедать, зная, что моя талия тоже растет (особенно после появления Уильяма).

Пэтси вдохновила меня пообедать овощным салатом.

Пятница, 26 апреля

Оказалось, что это действительно был острый передний увеит! Если бы она не была электронной, я бы поцеловал медицинскую карту Грэма.

Воскресенье, 28 апреля

Элис вернулась и увидела Уильяма в надувной резиновой ватрушке с привязанной к ней веревкой. Я катал его по кухонному полу, включив на полную мощность песню The Rolling Stones «I Can't Get No Satisfaction». Теперь мне нужно объяснить ей, почему мы делали это тогда, когда ему нужно было спать.

Вторник, 30 апреля

Длчыв(цв ылуц(

Я собирался написать что-то хоть сколько-нибудь умное о том, какой это был хороший месяц, но у меня на коленях сидит Уильям. Похоже, он справился лучше, ударив рукой по клавиатуре.

P. S. Я все еще чувствую умиротворение, друзья!

Май 2019 года

Среда, 1 мая

Наступил последний месяц моей работы в клинике, и он начался с новости о смерти миссис Кукер. Похоже, сила, делавшая ее восставшим из пепла фениксом, иссякла. Я вожу пальцем по колесу мышки, задумчиво просматривая на мониторе уведомление о смерти. Я делаю вдох. Удерживаю воздух внутри. Позволяю мыслям повертеться в голове. Выдыхаю.

Я киваю сам себе в знак принятия и думаю (точнее, надеюсь), что у нее была хорошая смерть. В конце концов, она скончалась дома в окружении своих близких. Ей было комфортно, не больно и не страшно. Больше никаких поездок в больницу, никакой неуверенности.

Только умиротворенность.

Пятница, 3 мая

Похоже, миссис Кукер не единственная, у кого иссяк запас волшебства. Мистер Саут здесь, и он гавкает на меня со своего стула в зале ожидания, как разъяренный питбуль. Я чувствую, как обретенная в прошлом месяце умиротворенность исчезает. Он тыкает в меня пальцем. В замедленной съемке в высоком разрешении я вижу, как крошечные капли вспененной слюны вылетают изо рта, который так хотелось бы заткнуть.

От моей умиротворенности не остается и следа. Это настоящая эмоциональная лавина. Так же было в тот раз, когда меня в прошлом году обвинили в убийстве (сколько приятных воспоминаний связано с этим местом), пациенты в зале ожидания смотрят на меня со смесью ужаса и незапланированного удовольствия. Я стою там, прекрасно понимая, что розовая кружка с сердечками, которую я держу в руке (моя собственная потерялась на прошлой неделе), никак не помогает защищаться или обороняться.

Проблема мистера Саута заключается в том (если не считать проблемой его отвратительное поведение), что он уже две недели не может попасть ко мне на консультацию по поводу хронической обструктивной болезни легких (ХОБЛ; это заболевание, которое часто является результатом курения). Кстати, если попасть ко мне на прием стало непросто, значит ли это, что я становлюсь популярнее? Или просто дело в том, что многие сотрудники ушли в отпуск? Как бы то ни было, в этой ситуации нет нейтральной зоны. Если я просто пройду в сторону кухни, то буду выглядеть слабаком. Однако еще настолько раннее утро, что мне вряд ли хватит сил ввязаться во все это. Я перевожу взгляд на других людей в зале ожидания и вижу несколько своих постоянных пациентов. Блин. Это означает, что следует сохранить лицо и не позволять пациенту публично унижать меня. Пациенты общаются друг с другом, и это значит, что если я сейчас не отреагирую, то потеряю свое место в рейтинге популярных терапевтов. Я выпрямляю спину и решаю принять вызов. Мистер Саут продолжает орать, осматриваясь в поисках поддержки, как это делают скандалисты в свой звездный час. Однако он выбрал взглядом не того человека. Мистер Питерс слева от него пришел ко мне на ректальное обследование, поскольку у него в крови повышен простатический специфический антиген, и если он не хочет, чтобы я выбрал свой самый большой и жесткий палец, то он не поддержит мистера Саута.

Я открываю рот, чтобы попытаться его утихомирить. Он рявкает. Я поднимаю руки, словно желая сказать: «Успокойтесь!» К сожалению, этот жест только демонстрирует розовую кружку с сердечками еще большему числу людей. А он все продолжает рявкать.

До свидания, умиротворенность.

Я впервые на работе повышаю голос: «СТОП. Просто ЗАМОЛЧИТЕ. Мистер Саут, это неприемлемо! Если вы хотите ко мне на консультацию, я приму вас, но если вы думаете, что такое поведение здесь допустимо, то вы очень, очень (в этот момент я перешел на рык) ошибаетесь». Я вдыхаю и продолжаю свою тираду: «Вспомните

о манерах (я действительно разошелся) и проявите уважение ко всем, кто сейчас находится вокруг вас. Эти люди пришли сюда по ряду деликатных проблем, и они не хотят слышать ваши крики в качестве прелюдии!»

Пациенты в зале ожидания смотрят на меня со смесью ужаса и внезапного удовольствия.

Он таращится на меня. Я точно не знаю, что я только что сделал: ударил питбуля по яйцам или приручил его. Он продолжает таращиться. Тишина была бы неловкой, если бы меня не занимала мысль о том, что он может пырнуть меня ножом. Он этого не делает. Вместо нападения он предпринимает последнюю жалкую попытку доминирования и говорит, что мы, терапевты, все одинаковые. Я смотрю на него, гордо держа в руках розовую кружку: «Да, вы правы. Мы все одинаковые, потому что нам не все равно!»

Зрители нервно улыбаются, словно они только что увидели, как школьника-хулигана отчитали перед всем классом. Одержав победу, я иду налить кофе, который так мне необходим (особенно если мне придется провести 10 минут один на один с этим идиотом).

Суббота, 4 мая

Прошло уже почти полтора месяца, но я до сих пор не могу привыкнуть к тому, что какашки восьмимесячного Уильяма теперь больше похожи на взрослые. Да, они мягкие, но похожие на полено.

Я видел много странных вещей, но это одна из самых странных.

Вторник, 7 мая

После тихих выходных я снова вернулся на работу. Предполагается, что консультации по поводу лекарств должны быть быстрыми и четкими. Пациент заходит. Вы узнаете, какие препараты он принимает, а затем спрашиваете, насколько они подходят пациенту и есть ли побочные эффекты. Что самое важное, вы

узнаете, эффективны ли они. Все это должно напоминать фармакологическое торжество в честь прошлых попыток взять заболевание под контроль. Если что-то идет не так, у вас есть возможность сменить препарат или изменить его дозировку, чтобы добиться своей цели. Все просто.

Если попасть ко мне на прием стало непросто, значит ли это, что я становлюсь популярнее?

Просто, если вы не миссис Войчик, полячка, давно проживающая в Великобритании. Сегодня она явно пришла проверить меня. У меня возникает знакомое чувство, что я тону. Миссис Войчик роется в сумке и достает толстый и тяжелый конверт формата А4 и компакт-диск. Диск – это красный флаг: обычно на нем хранятся радиологические снимки, например результаты компьютерной томографии, при которой делается множество рентгеновских снимков, чтобы во всех подробностях увидеть обследуемую область тела. Пациенты ошибочно полагают, что я могу засунуть диск в компьютер и расшифровать снимки, словно это так же просто, как открыть электронное письмо.

Обычно я этого не делаю по двум причинам. Во-первых, я уже не учусь в медицинской школе, и у меня нет времени расшифровывать черные зернистые снимки, слушая крики хирурга-психопата. Вместо этого я могу просто прочитать отчет радиолога. Во-вторых, программное обеспечение, позволяющее открыть диск со сложными радиологическими снимками, не универсально, и оно точно не установлено на моем престарелом компьютере, которому не всегда хватает силы и памяти сохранить документ Word, прежде чем выключиться. Однако я, будучи человеком мягкосердечным, с улыбкой беру конверт и диск и говорю: «О, прекрасно!» На самом деле я вовсе так не думаю.

Оказалось, что миссис Войчик надоело ждать консультации пульмонолога из государственной клиники, к которому она ходит

каждые полгода по поводу своего хронического заболевания легких, и, должен отметить, врач прекрасно справляется. Когда она гостила у родственников в Польше, то решила обратиться к частному пульмонологу, который, естественно, заменил абсолютно все лекарства и написал клинические письма на польском.

Я отрываю глаза от писем, в которых я ни слова не понимаю, и удивленно смотрю на миссис Войчик. Она произносит для меня примерный перевод. Я улыбаюсь. Как мило. И объясняю, что примерный перевод здесь не подходит. В тот же момент температура в комнате падает, а улыбка исчезает с лица пациентки. Она выпрямляет спину, демонстируя явный признак недовольства.

Сейчас послеобеденное время, и кофеин подействовал на рецепторы в моем мозге. Я бодр, значит, можно начинать сражение! Я объясняю, что не могу просто изменить все препараты, которые тщательно подбирал ее постоянный пульмонолог, прежде чем ей просто надоело ждать консультации.

Это же государственная медицина, и ожидание – ее второе имя!

Я пристально смотрю на нее. Мне сложно сдерживать раздражение. Я не согласен с «одноразовым» вкладом частных или заграничных врачей (особенно когда я не могу прочесть их клинические письма), которые лупят Национальную службу здравоохранения кожаным ремнем с металлическими шипами. Какой-то зарубежный врач, к которому обращались всего раз, велит ей прыгать, а она спрашивает: «Как высоко?» Пациентка выглядит рассерженной. Это нормально, ведь мы не можем ублажать абсолютно каждого пациента. Если бы я это делал, то мне бы пришлось давать каждому то, что он хочет, а не что ему нужно.

Второе имя государственной медицины – ожидание!

Я аккуратно убираю бумаги и компакт-диск в коричневый конверт А4 и постукиваю по нему, чтобы нарушить неловкую тишину, а потом возвращаю его пациентке. Она в ярости. К счастью для меня, она

вежлива, и я знаю, что она не станет устраивать скандал, даже если ей хочется это сделать. Я же не хочу настраивать ее против себя, но мне нужно, чтобы она меня поняла. Поэтому объясняю, что польский специалист должен прислать мне английский перевод клинических писем, который я перешлю пульмонологу, чтобы тот решил, целесообразно ли принимать данные препараты и можно ли их приобрести в Великобритании. Разумеется, если миссис Войчик это не устраивает, она может обратиться к другому терапевту.

Я выложил все карты на стол.

Уходя, она уже не улыбается. Я не могу дать каждому то, что он хочет, ведь я не Дед Мороз!

Среда, 8 мая

Усталые и растрепанные. Не знающие, день сейчас или ночь. Сомневающиеся, что теперь это вообще имеет значение. Даррен и Дженна вернулись, но на сей раз в качестве новоиспеченных родителей. Я улыбаюсь, стоя в дверном проеме, когда они заворачивают за угол с коляской, в которой лежит их драгоценный груз. Скоро на коляске появятся пятна от рвоты, молока и, разумеется, дерьма. Помню, что в первое время после рождения Уильяма мы с Элис тщательно следили за чистотой коляски и сразу оттирали каждое пятнышко. Теперь это гоночный автомобиль Уильяма.

Царапины. Грязь. Кровь. На ней теперь все почетные знаки.

> Терапевт не Дед Мороз, он не сможет дать каждому пациенту все, что тот желает.

Они устало улыбаются, когда заходят, а я заглядываю в коляску. Там все розовое.

«Привет, Нэнси! Приятно познакомиться», – шепчу я крепко спящей девочке. Укутанной, защищенной и любимой. Хотя это очень особенное время для Даррена и Дженны, я выпрямляюсь и

спрашиваю их: «Это утомительно, не так ли?» Они кивают, тоже устало. Нэнси сейчас восемь недель, я осмотрю ее с головы до ног и обсужу с родителями все, что может их беспокоить. Я люблю такие консультации, потому что мне очень приятно наконец встретиться с малышом, после того как я следил за здоровьем матери в течение беременности. Я был частью пути к родительству, пусть и очень маленькой. Это неизведанная территория, к которой невозможно подготовиться. Так можно слушать рассказы о свободном падении без парашюта, а потом самому попробовать прыгнуть.

Даррен и Дженна отвечаю на мой вопрос, как и 99 процентов остальных старательно лгущих молодых родителей. Они говорят: «Да, но все это так здорово». На самом деле они хотят сказать, что уход за новорожденным иногда может быть настоящим кошмаром. Отсутствие сна, постоянный страх причинить вред ребенку, нескончаемая стирка. Смена подгузников (несмотря на все усилия, дерьмо все равно оказывается везде; сегодня утром, например, металлические элементы ремешка моих часов сыграли роль вилки, начертив аккуратные линии на какашке Уильяма). А еще постоянные кормления ребенка. Добавьте сюда отношения между взрослыми. Секс – теперь просто слово, а не приятное времяпрепровождение. Ваша вторая половина становится кем-то другим: товарищем, сменщиком… Если не считать всего этого, быть родителем здорово!

После короткого разговора (к счастью, у них все хорошо, и это облегчает мне задачу) я объясняю, что пришло время достать малышку из коляски и положить на кушетку. Ее нужно раздеть до подгузника, чтобы я мог провести осмотр. У них сердца уходят в пятки. Я это понимаю без слов. В конце концов, я прошу их разбудить ребенка. Их мирно спящую, тихую малышку.

Что за человек может просить о таком? Я.

И это еще не все. В течение следующих нескольких минут я буду светить фонариком ей в глаза, откидывать ее назад, проверяя рефлекс Моро, при котором она должна раскинуть руки, как Иисус, тыкать ей в рот, а потом сгибать и разгибать ножки. И это только

основное. На самом деле я сделаю гораздо больше – разозлив всем этим, верну ее, голую и орущую, Даррену и Дженне.

Быть родителями здорово, если многое не брать в расчет.

Прошло пять минут, пока я все это проделал. Случилось именно то, что я и ожидал. Повернувшись к молодым родителям, одевающим Нэнси, я пытаюсь одновременно успокоить крошечного розового монстра и заверить их, что с малышкой все прекрасно, начиная от пяти пальцев на каждой ручке и ножке и заканчивая отлично пульсирующими бедренными артериями в паху (это свидетельствует об отсутствии коарктации аорты, патологии крупной артерии, выходящей из сердца). Даррен и Дженна улыбаются, однако их явно злит, что я не мог прийти к этому выводу, просто заглянув в коляску. Я также добавляю, что они великолепно справляются со своими обязанностями. Это очень важно услышать на раннем этапе, когда молодые родители сомневаются в себе.

Заполнив красную медицинскую карту Нэнси (она есть у каждого младенца, и в ней содержатся данные о развитии ребенка и его вакцинации), я прошу их побыстрее собрать вещи и, открыв дверь, отпускаю комментарий о том, что плач Нэнси говорит о здоровых легких. Снова усталые кивки и вымученные улыбки, но на этот раз уже с ноткой ненависти. Я толкаю дверь и плотно ее закрываю. Детский плач становится тише. Я улыбаюсь и вспоминаю, как мы возили Уильяма к педиатру в восемь недель. Кажется, что это было так давно. Не успели мы и глазом моргнуть, как ему исполнилось восемь месяцев.

Сидя в кресле и прислушиваясь к удаляющемуся детскому плачу, я думаю о том, как сильно пара изменилась за прошедшие три месяца. На пороге новой главы своей жизни они были свежи и взволнованы неизвестностью. А сегодня, когда мы встретились во второй раз, уже с головой погружены в родительство. У них началась глава длиной примерно в восемнадцать лет. Именно из-за этого теперь окно в их

жизнь выглядит совсем иначе. Оно перестроено и перевернуто вниз головой. И, кстати, они великолепно справляются, даже если не осознают этого.

Я начинаю понимать, что родители часто не видят леса за деревьями и так продолжается всю их жизнь.

Пятница, 10 мая

Это ведь не только мне кажется странным? Любой бы испугался, если бы пациент записался на телефонную консультацию, а когда вы бы ему позвонили, сказал бы, что стоит у вашего кабинета.

Думаю, это странно.

Воскресенье, 12 мая

В эти выходные у меня было слишком много времени на размышления. Я поставил в ряд четыре фотографии в рамках. Уильям впервые дома. Элис взволнованно идет к церкви в день нашей свадьбы. Мои покойные бабушка и дедушка сидят рядом и улыбаются. Наш первый свадебный танец (если вам интересно, под песню Стиви Уандера «Signed, Sealed, Delivered»). Я осматриваю нашу гостиную.

Черт, я на опасной территории. Я уже выпил в одиночестве три пива. Элис развлекается с подругами, а Уильям спит лицом вниз в своей комнате, засунув в рот ухо своего плюшевого зайчика. Хуже всего то, что я слушаю песню Эда Ширана «Perfect» (грустно, я знаю) и предаюсь воспоминаниям уже после первого пива. Я улыбаюсь: зачем с этим бороться? Ведь втайне мне нравится ностальгировать. В глубине души я очень мягкий человек, поэтому решаю пуститься во все тяжкие и достаю фотоальбом. Перелистывая страницы, я улыбаюсь все шире, ненадолго останавливаюсь и делаю глоток пива. Несмотря на жизненный хаос последних двенадцати месяцев, я наконец вижу тот самый лес за деревьями. Я вижу общую картину. Нашу общую картину.

Боковым зрением я замечаю одинокий листок бумаги на кухонном столе. Это план, который мы с Элис составили всего два месяца назад. Множество пунктов уже отмечены галочками. Выставить квартиру на продажу. Галочка. Найти съемный дом в сельской местности. Галочка. Обратиться в агентство терапевтов на замену, чтобы найти подработку. Галочка. Заказать грузовик для переезда. Галочка. Найти ясли для Уильяма. Галочка. Прощальные ужины с коллегами и друзьями. Галочка. Список продолжается, в нем две колонки дел, и, глядя на них, я понимаю, что мы готовы.

Готовы переехать.

Единственными пунктами, пока не отмеченными галочками, являются «последний рабочий день» (мы договорились, что это будет пятница, 7 июня) и «навсегда уехать из города». Осталось совсем недолго. Всего четыре недели.

Снова смотрю на фотографию нашего первого свадебного танца. Элис обвивает меня руками, и мы выглядим очень счастливыми. Сейчас, обнимая ее, я чувствую все то же самое. Я уверен, что и она тоже. Мои глаза увлажняются.

Господи, Макс, ты опять?

Я качаю головой, думая о нелепости своего внутреннего монолога. Пора отвлечься. Я включаю телевизор и нахожу документальный фильм о чемпионате мира по регби 2003 года, который я раньше смотрел только до середины. Это попытка положить конец вышедшей из-под контроля сольной ностальгии.

Вторник, 14 мая

Если подать это на тарелке, будет выглядеть как аппетитная клубничина, начиненная вытекающим из нее ванильным кремом. Однако это находится в левой подмышечной впадине мистера Литтмана, и оно огромно. Я аккуратно прикасаюсь к нему указательным пальцем в перчатке. Оно настолько мягкое, что мой палец буквально утопает, а при нажатии из отверстия вытекает

немного желтоватого гноя, пахнущего сыром и гнилью (это похоже на жерло вулкана).

«Вы ведь говорили, что это маленькая шишечка?»

Я не отрываю глаз от монстрообразного абсцесса мистера Литтмана. Он зачаровывает меня по нескольким причинам. Во-первых, если хорошенько сдавить этого плохого парня, он вскроется, и инфицированный гной разлетится повсюду. Во-вторых, как мистер Литтман вообще мог подумать, что это маленькая шишечка?

Он опускает на меня глаза, спрятанные за очками, и объясняет, что шишка выглядит так всего несколько недель.

«Ясно».

Это единственное, что я могу сказать человеку, полагающему, что вулканический абсцесс размером 10 на 10 сантиметров в подмышечной впадине не стоит показывать врачу раньше, чем через несколько недель. Я продолжаю завороженно вглядываться, и мне кажется, что из него вот-вот что-то выйдет, и не хочу упустить этот волшебный момент. Я снова надавливаю, отчасти из врачебного интереса, а отчасти из-за того, что он выглядит пугающе. Мистеру Литтману нужно решить эту проблему как можно быстрее. Сегодня же. Поскольку у мистера Литтмана диабет второго типа (хотя последние несколько анализов крови показали, что он прекрасно контролирует уровень сахара в крови), высок риск, что абсцесс не только станет еще больше, но и приведет к сепсису (опасная для жизни инфекция крови) и он может умереть. Все это очень плохо.

Он чинно кивает, слушая мои объяснения.

«Выходит, мне стоило прийти раньше?»

Вау! Не хотел бы я узнать, при каких проблемах со здоровьем он по-настоящему паникует.

Я звоню, нетерпеливо ожидая ответа хирурга. Трубку снимает очень веселый врач. Я объясняю хирургу Софи, что у меня находится мистер Литтман, который доставит ей огромное плотское наслаждение гигантским абсцессом, если вскрыть его скальпелем и

дренировать. Мы коротко обмениваемся репликами о том, как приятно все это сделать, но я не забываю, что мистер Литтман сидит рядом со мной и выглядит теперь куда более обеспокоенным.

Я кладу трубку. Хирург предупрежден, план составлен. Потом я провожаю мистера Литтмана и его абсцесс до двери. Оба они направляются в больницу, а я очень надеюсь, что по дороге туда никто не врежется в бок мистера Литтмана. Если это произойдет – БУМ! – все закончится до того, как хирурги успеют повеселиться.

Среда, 15 мая

Сегодня утром Элис приготовила мне яйца-пашот, чтобы побаловать меня в середине недели. Когда я провел ножом по идеальному куполообразному белку, густой яркий желток потек на тост.

> Лучше не знать, от каких проблем со здоровьем пациенты действительно паникуют.

Думаю, пройдет немало времени, прежде чем я перестану думать о мистере Литтмане каждый раз, когда делаю это.

Четверг, 16 мая

Мой уход с работы становится все ближе. Последний день неотвратимо приближается. Как бы жалко это ни звучало, но, если бы с работой можно было порвать по смс, я бы непременно так и сделал. К счастью, сейчас мы с миссис Талли созвонимся в последний раз. Между нами состоится разговор из серии «думаю, нам нужно поговорить». В свете ее растущей зависимости от меня я отрепетировал, что сказать (как сделал бы в подростковом возрасте, если бы мне пришлось расставаться с кем-то).

Я вздыхаю, набирая номер и зная, каким дерьмом она меня польет. В трубке раздаются гудки. Они продолжаются и продолжаются. Во мне зарождается надежда – вдруг она не ответит. Я сделал все

возможное, чтобы предупредить о своем уходе (это ложь). Я могу просто отклю…

– Алло?

Уверен, что я все же слегка обмочился, стараясь говорить с профессиональным энтузиазмом, но миссис Талли – старушка опытная. Она знает: что-то случилось, потому что я сам ей звоню. Ей известно, что обычно я всеми силами стараюсь этого избегать. Дальше следует непростая часть. Она задает вопросы. Сложные.

«Как вы можете бросить меня? Сиделки просто ужасны!» – это вполне понятный риторический вопрос. Наконец она произносит мою любимую фразу: «Что ж, я просто могу зарегистрироваться в вашей новой клинике». Я вскакиваю на ноги, чувствуя, как по моему телу начинает курсировать крайне неприятная энергия. Я говорю, что мне жаль и дело не в ней, а во мне.

Еще одна ложь.

Она движется по кругу и вновь задает мне тот же вопрос. Я отвечаю так же неуклюже, как в прошлый раз, и смотрю на стол. Готовясь к разговору, я написал несколько вдохновляющих утверждений, которые должны подбодрить меня, если я начну колебаться и прогибаться под словесной силой и вездесущностью миссис Талли.

БУДЬ ТВЕРДЫМ. БУДЬ СИЛЬНЫМ. КОРОЧЕ ГОВОРЯ, НЕ ПРОГИБАЙСЯ.

Я прижимаюсь лбом к столу. Мои слова похожи на рекламу препарата от эректильной дисфункции. Она начинает всхлипывать. Господи, как мне от нее отвязаться? Я поднимаю голову, которая теперь болит, и, сделав финальный вдох, говорю: «Простите, миссис Талли. Берегите себя. До свидания». Я кладу трубку, и в этот момент завершается памятная глава моей профессиональной жизни. Как ни странно, эта глава практически не имеет отношения к медицине.

Тем не менее я бы хотел повесить на эту дверь двойной замок.

Суббота, 18 мая

В эти выходные хочется спрятаться. Вчера вечером мы с коллегами решили выпить на прощание. Думаю, убойное сочетание чрезмерного количества спиртного и глубокомысленных разговоров стоит убрать в чемодан, который я нагружу булыжниками и уберу в багажник машины. Потом я оболью автомобиль бензином, подожгу и сниму с ручника сожженный дымящийся каркас, чтобы посреди ночи навсегда утопить его в озере.

Итак, пора двигаться дальше. Вечеринка, кстати, была классной.

Вторник, 21 мая

Прошло семь месяцев, а они до сих пор не продали поющих садовых гномов. Уверяю вас, это кажется мне вполне естественным. Я снова сижу рядом с ними, и меня посещает блаженное дежавю. Я дома у мистера и миссис Ли, легенд, которые входят в пятерку моих любимых пациентов. Я осматриваюсь в поисках новых интересных вещиц.

Новых ловцов снов не появилось. Новых фотографий, например инаугурации Трампа, тоже. Свеженьких фильмов с Уиллом Смитом, по-моему, не вышло, поэтому его фотография из «Принца из Беверли-Хиллз» все еще висит на стене у супругов Ли.

Я пришел взглянуть на появившуюся у мистера Ли сыпь. До этого он звонил мне по этому поводу, но, разумеется, ни один терапевт не может оценить сыпь по телефону, и я пришел к ним домой (кроме того, мне хотелось лично сообщить им о своем увольнении). При близком рассмотрении оказалось, что это стригущий лишай, распространенная грибковая инфекция, которая легко лечится кремом с противогрибковым действием. Однако хотелось бы, чтобы лишая не было у него и в паховых складках.

Это не та часть тела мистера Ли, которую я хотел бы рассматривать перед обедом.

Он говорит, что побрызгал «там» дезодорантом, чтобы мне «не сильно пахло». Я киваю. Спасибо, что подумали обо мне. К сожалению, ситуация становится неловкой. Они говорят, что хотели

бы пригласить меня и мою семью на воскресный обед. Я понимаю, что это может показаться безобидным, но у терапевтов есть границы, которые они не переходят. Границы легко стираются, а правильный взгляд на вещи утрачивается. По этой причине я вежливо отказываюсь. Они настаивают, я снова отказываюсь, а они все продолжают настаивать. Я сижу и не понимаю, почему мне не хотят просто подарить поющего садового гнома и покончить с этим?

Меня приперли к стене. Я решаю проявить жестокость и подкладываю им сэндвич с дерьмом. Я объясняю, что невероятно польщен (первый кусочек хлеба), но мы, к сожалению, не можем вместе пообедать, поскольку с моей стороны это будет непрофессионально (дерьмо), однако я непременно передам жене, что вы думаете о нас (второй кусочек хлеба). Сэндвич готов. Я улыбаюсь и отрицательно качаю головой, когда они опять принимаются спорить, но потом все-таки сдаются.

> Границы легко стираются, а правильный взгляд на вещи утрачивается.

В комнате воцаряется неловкая тишина. Это как свидание, шедшее прекрасно до того момента, пока вы не задали какой-нибудь дерьмовый вопрос, например: «Какая твоя любимая песня?» (Я задал его Элис на нашем первом свидании...) На этой неприятной ноте я ухожу, понимая, что больше никогда не увижу их потрясающе уникальный мир. Тем не менее я улыбаюсь при мысли о том, что, если бы мне когда-либо довелось оказаться в их доме снова, дурацкие садовые гномы без батареек остались бы на своем месте.

Пятница, 24 мая

Я начал осознавать, насколько волнующа организация переезда. Планирование переезда в совершенно незнакомую часть страны, где деревьев больше, чем домов, в сочетании с решением многочисленных жизненных проблем своей маленькой семьи

занимает немало времени. В результате я уже несколько недель ночами таращусь в потолок нашей спальни.

Два дня я был дома и помогал Элис организовывать сборы и сейчас, вернувшись на работу, чувствую облегчение. Кофе выпит. Очередное пятно от отрыжки Уильяма стерто с моего плеча. Я готов. Вдыхаю, задерживаю дыхание, выдыхаю и тихо молюсь, чтобы день был простым. Входит первый пациент и спрашивает, не почтальон ли я. Какой прекрасный вопрос. Пожилой пациент в тяжелой деменции не соответствует моей просьбе о простом дне.

Возможно, пришло время молиться новому Богу.

Понедельник, 27 мая

Гиппократ был прав, когда сказал: «Если бы каждый человек получал оптимальное количество еды и физических нагрузок, не слишком мало и не слишком много, то мы бы нашли самый простой путь к здоровью». Это было примерно 2319 лет назад (плюс-минус несколько десятилетий), однако сегодня многие все еще сопротивляются этой идее, судя по кризису ожирения, в который мы продолжаем погружаться. Гарри уж точно.

Я смотрю на него, отвожу глаза и молчу. Бесцельно двигаю курсор по экрану с результатами анализов. Пытаюсь найти лучший способ поговорить об очевидной проблеме.

«Так почему я чувствую себя таким усталым?» – спрашивает Гарри, нарушая этим вопросом мою подготовку к деликатному разговору. Я отвечаю прямо: «Вы находитесь в очень плохой форме. Это первая проблема». Он поднимает глаза, явно обиженный моим заявлением. Он не догадывается, что я еще не закончил. «И у вас кошмарный образ жизни», – добавляю я. Он отбрасывает голову назад, как будто его неожиданно ударили. Пусть даже слегка.

В сорок семь лет Гарри наблюдается у терапевта по поводу нескольких небольших проблем со здоровьем, но его главная проблема – недостаток ухода за собой. Он не занимается спортом, целый день сидит за столом, питается вредной едой, выкуривает за

неделю полблока сигарет, вливает в себя около пяти литров пива (а это в два раза больше рекомендованного предела) и спит шесть часов в сутки, потому что любит Netflix. Поведение этого человека – идеальный пример саморазрушения. Он не единственный мой пациент с подобными проблемами (я вспоминаю мистера Кейла, приходившего ко мне в прошлом марте). Не буду утомлять вас подробностями (вы можете зайти в Instagram и найти там белозубого врача, который детально вам обо всем расскажет), но такие привычки ужасно сказываются на здоровье тела и разума. Все это против Гиппократа.

В течение следующих десяти минут я объясняю слегка шокированному Гарри, почему такой образ жизни может его убить. Он кивает так, словно находится в трансе. Думаю, он ошеломлен.

«Но результаты анализов крови в норме?»

Факт в том, что результаты абсолютно всех тестов, включая флюорографию, проверку функции легких (спирометрия), электрокардиограмму и анализы крови, которые бедный Гарри прошел, чтобы выявить причину своей усталости (начиная от анемии и нехватки витамина D и заканчивая заболеваниями щитовидной железы и сердечной недостаточностью), оказались в норме. Соотнеся факты с образом жизни, можно сделать простой вывод: проблема в нем. Ему не хватает тонуса сердечно-сосудистой системы, адекватного отдыха и нормального питания. Он получает слишком много токсинов из сигарет и алкоголя.

«Вероятно, в этом причина вашей усталости, Гарри».

Переварив информацию, он уходит, вооруженный планом. Однако я настроен пессимистично, опираясь на прошлый опыт. Ему не хватает самого важного, того, что я не могу ему дать: мотивации. Разумеется, я могу предложить ему письменные рекомендации, как вести более здоровый образ жизни, но без мотивации они не стоят потраченной на них бумаги. Мотивация – это залог успеха. И она не существует в виде таблетки. Если кто-то создаст такую таблетку, он избавит людей от участи быть раздавленными собственным весом.

Это неплохой сценарий голливудского фильма.

Вторник, 28 мая

Лучше поздно, чем никогда. Я придумал новую стратегию, как умудриться пообедать на работе в условиях жесткой нехватки времени. Наконец-то. Главное – правильно воспользоваться временем, когда обзваниваешь пациентов. Я звоню, держа еду в руке, а когда звонок завершается, набиваю полный рот и заполняю карту, торопливо пережевывая пищу. Затем я проглатываю и набираю номер следующего пациента из списка. Этот процесс повторяется, пока несварение не дает о себе знать.

Так выглядит обед терапевта.

Четверг, 30 мая

Я стараюсь подобрать слова, но у меня не получается. Чтобы отвлечься, я сильно сжимаю пальцы внутри ботинок.

Я стараюсь не допустить, чтобы мои глаза наполнились слезами.

В это время Диана сидит передо мной, аккуратно прижимая салфетку к глазам. Спокойная. Выдержанная. Уравновешенная. На ее месте я бился бы головой о стену, кричал. И ненавидел весь мир. Меня переполняет сложная волна восхищения, уважения и благоговения.

Как ей удается сохранять спокойствие? Ее брат покончил с собой пять дней назад. Ему было всего двадцать восемь, а ей только тридцать один.

В кабинете снова и снова воцаряется тишина, похожая на сырое и тяжелое тесто. Мы с Дианой просто сидим и не противимся ей. Так проходит пара минут. Словно вспомнив себя с братом в счастливые времена, она поднимает глаза и улыбается. Я улыбаюсь в ответ и киваю. Я здесь, чтобы выслушать ее, и, что бы я ни сказал, легче ей не станет.

Я придумал новую стратегию, как пообедать на работе в условиях жесткой нехватки времени.

Она снова улыбается и говорит, что просматривала фотографии их совместных приключений, перечитывала шутливые смс и электронные письма и пересматривала старые домашние видео. А еще нюхала большой свитер, который забрала у брата и сделала вид, что потеряла, чтобы не возвращать.

Она ловит салфеткой несколько слезинок, выкатившихся из глаз на щеки. Я сглатываю очередной ком в горле и бегло просматриваю ее электронную медицинскую карту. Я ничего не ищу, мне просто нужно отвернуться, так как сердце просто разрывается.

У Дианы есть своя история, свои битвы. Депрессия. Нанесение самоповреждений. Анорексия. Злоупотребление алкоголем и наркотиками. Она опять улыбается и говорит, что годами искала любовь, но делала это неправильно. Дело не только в том, что она искала не в том месте, но и в том, что она искала не ту любовь: искусственную, мимолетную.

Во внешнем виде своего тела. В кокаине. В алкоголе. В токсичных отношениях.

Только в последние пять дней, посмотрев свежим и навсегда изменившимся взглядом на фотографии, смс, электронные письма, она собрала воедино крошечные и, казалось бы, незначительные элементы общения с братом и поняла, как сильно она была им любима. И как она любила его. Ничего не отвечая, я откидываюсь на спинку кресла и медленно киваю. Это осознание причиняет боль: осознание того, что мы не всегда видим перед собой правильные вещи.

Настоящую, искреннюю любовь.

Думаю, это большая жизненная проблема. Хаос отвлекает нас от настоящих и глубоких приоритетов. Хотя мы все поверхностно любим родственников и друзей, уделяем ли мы им время и усилия,

которых они и любовь заслуживают? В современной жизни это бывает нелегко.

Перед уходом Диана говорит, хотя ей тяжело признавать, что осознание настоящей любви пришло к ней только после смерти брата, она все же рада найти ее. Мы оба соглашаемся, что этому нужно радоваться. В конце концов, эта любовь была в ее жизни всегда. Ее брата звали Сэмюель.

Я навсегда запомню эту консультацию во всех подробностях.

Пятница, 31 мая

Не могу сказать, что мне нужно об этом напоминать, но после вчерашней консультации я перед сном обнимаю Элис и Уильяма чуть крепче.

Июнь 2019 года

Пятница, 7 июня (17:21)

Мой последний рабочий день после недели прощаний с пациентами

Это странно. Хаос вот-вот прекратится, выключатель будет нажат. Или же хаос просто переместится на несколько сот километров. Я смотрю на экран: мой последний пациент – настоящий подарок, не так ли? Терапевтические боги взглянули на меня сверху вниз и сказали: «Макс, это прощальный подарок тебе от нас».

Это Бенни, парень, который вошел ко мне в кабинет почти двенадцать месяцев назад и спросил о смысле жизни. Он записан на 17:30. Мой последний пациент. Тот самый парень, когда-то возглавлявший рейтинг моих любимых пациентов. Однако это в прошлом: супруги Ли поднялись выше, вытеснив его. Возможно, такова жизнь: бесконечный цикл попыток забраться на вершину какой-нибудь горы.

Физическую, ментальную или эмоциональную вершину, которую мы стремимся покорить.

Взглянув на часы, я понимаю, что время на моей стороне. За это нужно благодарить мою предпоследнюю пациентку, которая пришла просто проконсультироваться по поводу противозачаточных. Думаю, это тоже был подарок терапевтических богов.

Быстрая и легкая консультация, требующая минимального напряжения мозга. Это приятно, поскольку я мысленно ушел с работы еще неделю назад.

У меня есть время подумать. Поразмышлять о моей последней неделе работы городским терапевтом и о том, что вы увидели из моей жизни. Или о том, что я сам решил показать вам? Был ли я избирательным? Я показал вам лучшее или худшее? Как ни странно, некоторые вещи я не смог включить в книгу, несмотря на анонимность, поскольку мне казалось, что они предназначены

исключительно для меня. Это моя история и моя жизнь терапевта. Возможно, она отличается от жизней других терапевтов. Нет, она точно отличается. И дело вовсе не в том, что они не работают с пациентами из разных социальных слоев и не решают те же проблемы, а в том, как я вижу этих пациентов и их трудности. Как я присутствую в определенных ситуациях. Это для меня уникально.

У каждого терапевта своя история и своя книга «Тайный терапевт» внутри. Не знаю, возможно, я несу чепуху. Быть может, меланхолия и ностальгия побуждают меня взглянуть на прошлый год через призму искаженного самовосприятия. Возможно, некоторые из вас радуются, что это последняя глава, поскольку вам совершенно не понравилась моя книга, моя история и отношение к другим людям. Возможно, в отзывах будут то и дело мелькать прилагательные «высокомерный», «злой» и «невнимательный». Я, однако, смирился с этим. Во-первых, потому что всегда найдутся люди, которым вы не понравитесь. Такова жизнь, и с этим ничего не поделаешь. Во-вторых, я надеюсь, что многие из вас почувствуют связь с историями некоторых пациентов. Найдут их интересными и жизненными. В-третьих, мне просто хотелось рассказать, что представляет собой нефильтрованная жизнь терапевта. Попытки абстрагироваться. Хорошие и плохие моменты, а также все, что между ними. Лично для меня это процесс катарсиса.

Работая над книгой, я понял, что любой контакт и опыт способны изменить жизнь как к лучшему, так и к худшему. Все зависит от того, как вы смотрите на ситуацию и от чего предпочитаете отворачиваться.

Нужно видеть лес за деревьями.

Пятница, 7 июня (17:23)

Бенни не зайдет еще минут пять. Последний пациент. Я встаю, потягиваюсь и начинаю ходить по кабинету, чувствуя нервное возбуждение. Поверить не могу, что на этом все. Не зная, как убить время, я сажусь на стул для пациентов, стоящий напротив моего

продавленного кресла, и осматриваю кабинет, чтобы понять, что видят они. Очередное засохшее горшечное растение. В этом году их погибло так много, что я сбился со счета. Элис это не понравится. Я вдруг понимаю, что, помимо свидетельства моей неспособности поддерживать жизнь, казалось бы, неубиваемого растения из супермаркета за £4,99, пациенты видят медицинские инструменты, медицинские мусорки, медицинские объявления и медицинские книги.

Медицинские. Медицинские. Медицинские.

Я разваливаюсь на стуле. Это плохо, и раньше я этого не осознавал. Всех, кто входит в мой кабинет, необходимо воспринимать в первую очередь как людей, а не пациентов. Однако из-за обстановки моего кабинета они мгновенно погружаются в чуждое им медицинское окружение.

Незнакомое. Клиническое. Стерильное.

Я обещаю себе, что, где бы я ни оказался, мой следующий кабинет будет приятен глазу. Оказавшись в нем, пациент будет сомневаться, что он находится в клинике. Возможно, в таком случае каждый пациент будет ощущать себя как Сюзи, очаровательная шестилетняя девочка, которую приводили ко мне на прошлой неделе. Выходя из кабинета, она заявила: «Папа, но он не ведет себя как другие врачи!»

Каждому терапевту нужно сесть на стул для пациентов, чтобы увидеть то, что видят они.

Пациенты… Я возвращаюсь на свое старое и хорошо знакомое кресло. Ягодицы прижимаются к нему, как добрые друзья, обнимающиеся в последний раз. Я кликаю на списки тех, кто приходил ко мне на прошлых приемах. Столько людей, столько пациентов. Я больше никогда их не увижу. Их всех передали другим терапевтам из нашей клиники, отныне другие будут заботиться об их здоровье. В своем стиле, отличном от моего. Я пытаюсь подсчитать, сколько пациентов я принял за прошедший год, но ничего не получается, поскольку арифметические навыки, как я и ожидал, меня подводят. Кроме того, мой телефон разрядился. Когда вы последний

раз пользовались калькулятором на компьютере? Я даже не знаю, где его искать. Я сдаюсь.

> Надеюсь, что, где бы я ни оказался, мой следующий кабинет будет приятен глазу.

Кликаю и просматриваю, кликаю и просматриваю… Имена некоторых пациентов ни о чем мне не говорят. Не пробуждают воспоминаний. Одни меня радуют и веселят, другие огорчают. Я понял, что на самом деле никто не хочет видеться со мной. Поход к терапевту в большинстве случаев означает, что с вами что-то не так. Разумеется, ко мне приходят и по радостным поводам, таким как беременность или вакцинация перед отпуском, но обычно обращение к терапевту связано с чем-то неприятным.

Подверженность болезням, травмы, уязвимость. Кому это понравится. Разумеется, мы не должны забывать о том, что люди, которые не обращаются ко мне, особенно нуждаются в помощи. Они никогда не просят о помощи и нередко даже не понимают, как она им нужна. Мы все знаем тех, кто страдает молча.

Сдержанные британцы часто мучаются, не подавая виду. Иногда мне удается вычислить таких людей случайно или во время визита на дом (вспомните хронически одинокого мистера Чиму, которого я посетил в декабре прошлого года). Бывает, они приходят ко мне по поводу чего-то безобидного, а я обнаруживаю что-то гораздо более серьезное. Так произошло в случае покойной миссис Кукер: если вы помните, меня вызвали к ней по поводу запора, но позднее оказалось, что у нее дыхательная недостаточность и она близка к смерти.

> С терапевтом никто не хочет видеться. Поход к нему означает, что с вами что-то не так.

Обратное тоже верно: есть пациенты, которые ходят к терапевту, как на работу, независимо от того, есть у них жалобы или нет.

Некоторые из них милые, безобидные и веселые. Другие, например миссис Талли, не такие. Это жизненное ассорти, которое, несомненно, присутствует в каждой клинике во всех уголках страны.

У Роберта Хэйстингса есть стихотворение «Станция». Я узнал о нем несколько лет назад благодаря своему дяде. Сначала кажется, что в нем описано обычное путешествие на поезде. Движение от станции к станции. Однако по мере развития стихотворения читатели (и, полагаю, пассажиры) понимают, что конечной точки, то есть пункта назначения, нет. Если задуматься, то даже станций нет. Меж черных строк на белом фоне кроется истинный смысл стихотворения: жизнь – это непрекращающееся путешествие без пункта назначения (даже смерть им, возможно, не является) и без станций. Когда мы достигаем какой-то жизненной цели, будь то создание семьи, покупка дома, обретение финансового благополучия или просто счастье и безопасность, станция, которую мы ожидали увидеть, растворяется в воздухе. Это иллюзия у нас в голове. Достижение цели просто открывает перед нами новые пути, ведущие к другим станциям. И эти станции, разумеется, тоже растают в воздухе, как только мы к ним приблизимся.

Цель за целью.

И, хотя все это правда, я не иллюзия. Стихотворение побудило меня задуматься о медицинском путешествии, совершаемом каждым пациентом. На самом деле это путешествие длиною в жизнь. Возможно, терапевт играет роль станции на их пути. Это остановка на постоянно меняющемся жизненном пути, наполненном тупиками и бесконечным движением вперед. Именно из-за этой географической непредсказуемости конечные цели постоянно меняются. Преобразуются и становятся больше. Перечитывая имена пациентов, принятых в этом году, я понимаю, что был для них станцией как раз тогда, когда они в ней нуждались. Периодически я ремонтировал пути или менял направление движения. Что бы я ни делал, это всегда было временно. Каждый раз я надеялся, что пустил их в лучшем направлении по сравнению с тем, в котором они

двигались, прежде чем прийти ко мне. Не поймите неправильно, я знаю, что все терапевты разные. Возможно, у вас есть крайне негативный и даже ужасный опыт. Не все корректировки, которые я вношу на остановках, бывают хорошо приняты, желанны или, не побоюсь этого слова, полезны. Терапевты – такие же люди. Мы совершаем ошибки, несмотря на то, что нам это запрещено. Не ошибаться невозможно. Я знаю, что в предстоящей карьере буду упускать рак и совершать врачебные ошибки, которые приведут к боли, стрессу и страданиям. Они даже могут привести к смерти. Я боюсь этого, но смирился с неизбежным. Почему я так в этом уверен? Потому что человек не может не делать ошибок. Несмотря на все установленные барьеры и проверки безопасности, вам никогда не удастся победить непредсказуемость разума.

> Достижение цели открывает новые пути, ведущие к другим станциям.

Ожидания… Моя последняя пациентка побудила меня задуматься о них. Она хотела, чтобы я выписал ей оральные контрацептивы на год вперед, что вполне разумно. Она в последний момент записалась на прием, потому что ее проблема была СРОЧНОЙ. Что в этом срочного? Поскольку ее последний рецепт тоже действовал год, у нее было триста шестьдесят пять дней, чтобы вовремя получить новый рецепт, но она ничего не сделала. Это уже не кажется мне разумным. Она повела себя безответственно, и это ее вина, а не моя. Однако она была недовольна и раздражена необходимостью обратиться к врачу (хотя ее великодушно записали на прием, несмотря на позднее обращение). Раздражали вопросы о мигрени, тромбах и семейной истории рака. Раздражало измерение давления, роста и веса. Должен отметить, что все эти вопросы и действия необходимы для того, чтобы убедиться в безопасности оральных контрацептивов и узнать, не повышен ли у пациентки риск инсульта и тромбоза. Ее раздражало, что я не хочу, чтобы у нее случился

инсульт. С этим я могу смириться. Однако я не смогу спокойно жить, если узнаю, что у нее случился инсульт, потому что я не хотел раздражать ее и не выполнил свою работу должным образом.

> Непредсказуемость разума нам никогда не победить, несмотря на все установленные барьеры и проверки безопасности.

За год ведения дневника я усвоил еще один урок: ты не можешь (и не должен) стремиться удовлетворить каждого пациента. Мне повезло иметь в клинике потрясающего наставника: уважаемого старшего терапевта с острым (но справедливым) языком и мудрой головой. Я стремлюсь когда-нибудь стать таким же врачом. Мне будет очень не хватать его поддержки, поскольку терапевты нередко чувствуют себя одинокими и изолированными. Мой наставник сказал, что если по результатам опроса не будет пациентов, которые не порекомендуют меня своим друзьям, то я плохо выполняю свою работу. Это стало для меня открытием. Его мысль подчеркивает случай с рецептом на оральные контрацептивы: соответствие ожиданиям пациента должно быть оправданным с медицинской точки зрения, допустимым и безопасным. Таким образом, фразам «я хочу» или, еще хуже, «я ожидаю» нет места в моем кабинете. Как я уже говорил, эта проблема стояла особенно остро, когда я работал в частной клинике. Я могу радостно заявить, что буду стремиться к увеличению числа пациентов, которые не порекомендуют меня своим друзьям. Честно говоря, я проверяю их долю в статистике каждый месяц, преследуя определенную цель. Я считаю, что это поможет мне не сворачивать с верного пути и, следуя моральному компасу, стараться поступать правильно по отношению к сидящему передо мной человеку. Он не должен меня пугать, травить или принуждать, чтобы я поступил так, как, по его мнению, следует. Как бы жестоко это ни звучало, иногда правильно сказать,

что больше ничего сделать нельзя. Ложным обещаниям нет места в терапии.

Сидя в кресле и лениво ожидая прихода Бенни, я продолжаю прокручивать эти мысли у себя в голове. Это что-то вроде подведения итогов в конце года. Вдруг стук пробуждает мою задремавшую дверь. Я выпрямляю спину.

Бенни пришел пораньше? Удивительно.

Когда дверная ручка активно поворачивается, я сканирую дверной проем на линии глаз, но не вижу ничего, кроме стены напротив. Опустив взгляд, я, однако, кое-кого замечаю: крошечную старушку, настолько сгорбленную, что она, вероятно, постоянно смотрит только на свои маленькие ножки. Это точно не Бенни, если за год с ним ничего не произошло.

– Это двенадцатый кабинет? – раздается скрипучий голос где-то внизу.

– К сожалению, нет, – отвечаю я с улыбкой.

> Если мои пациенты не будут рекомендовать меня своим друзьям, то в лице руководства я стану плохим терапевтом.

Удивившись, что ей удалось подняться по лестнице, я провожаю ее до нужного кабинета, а затем возвращаюсь на место. Сажусь и начинаю гадать, какой вопрос задаст Бенни сегодня, а потом улыбаюсь. Ситуации вроде той, что только что произошла, побуждают меня еще больше любить свою работу. Чистое общение: непродуманное, непредсказуемое, неотрепетированное. Мне приходится работать с людьми из всех социальных слоев. С людьми, с которыми я вряд ли стал бы общаться. Признаться, встречи с некоторыми из них я бы постарался избежать и по возможности перешел бы метафорическую дорогу. Это означает, что, как я уже говорил в предисловии, мне приходится быть хамелеоном и адаптироваться к каждой консультации. Мне нужно понять, как взаимодействовать с человеком передо мной, как наладить с ним

связь, выявить его желания и потребности, а потом попытаться прийти с ним к соглашению. Моя цель – улучшить самочувствие пациентов, и для этого мне часто приходится подстраиваться под них. Когда терапевт на это не способен или вынуждает себя это делать, ему становится трудно. Пациенты это замечают, ведь они не дураки.

Я должен ставить пациента в центр всего, что я делаю, поскольку именно такой подход ориентирован на пациента. Это непросто, но всегда будет оставаться целью.

Моей целью. Благородной и нематериальной станцией на их пути.

Разумеется, этот подход не лишен недостатков. Дело в том, что иногда мне очень хочется доставить удовольствие пациенту. Я подстраиваюсь под него слишком сильно, переставая думать независимо и утрачивая беспристрастность. Как я уже говорил, не выполнять требования пациента и не соответствовать его ожиданиям весьма непросто. В этом не всегда есть необходимость, как учил меня мой наставник. Теперь я понимаю это лучше, чем когда-либо. Совершенно верно, что в определенных ситуациях это может вызвать неприятности. Иногда мне непросто разговаривать с пациентами, как с друзьями в пабе (ладно, с друзьями Элис), но я продолжаю это делать, осознавая возможные риски, потому что так они получают всего меня. Не жесткую пластмассовую профессиональную версию, а меня настоящего. Я надеюсь, что так разрушаются барьеры и появляется возможность вести откровенные разговоры о здоровье. Это ведь очень хорошо, не так ли? За прошедший год я старался разговаривать таким образом с каждым пациентом, даже с мистерами О'Кифами мира сего.

Моя цель – улучшить самочувствие пациентов.

Сообщение от Элис: она желает мне удачной консультации с моим последним городским пациентом. Я отвечаю списком смайликов, ошибочно включив в него динозавра.

Бенни, ну честное слово!

Меня снова наполняет нетерпеливое беспокойство, и я начинаю освобождать ящики стола. Черт. Я нашел огромные стопки выписок, рецептов, писем от других терапевтов и своих анатомических зарисовок (все они уродливы, и я еще раз убеждаюсь, что в июне прошлого года не зря не стал иллюстрировать влияние анальной дубинки на кишечник Ли). Я держу стопки обеими руками и понимаю, что здесь бумаги как минимум за год. Я смотрю на свое крошечное мусорное ведро, в котором лежит последнее мертвое горшечное растение, «украшавшее» кабинет. Вряд ли мне стоит бросать бумаги туда, поскольку это небезопасно и неконфиденциально. Однако это ведь мой последний день. Я осматриваюсь по сторонам, словно кто-то может появиться и погрозить мне пальцем, а затем засовываю бумаги обратно в ящик. Пусть их разберет тот, кто придет сюда после меня.

Прощальный подарок.

Кроме того, все могло быть гораздо хуже. Например, там могла лежать завернутая в пленку мертвая мышь, которую миссис Чамберс принесла в прошлом ноябре. Я откидываюсь на спинку кресла, выдыхаю и улыбаюсь. Когда ты мысленно уже ушел, тебя ничего не волнует. Кроме того, я устал физически и морально. Мотивация меня покинула. Клиника оторвала от меня кусок плоти. Понимаете, работа здесь связана с непрекращающимся аналитическим процессом. Ты всегда подвергаешь сомнениям свои решения. Правильные они или неправильные? Что я мог упустить? Мог ли я сделать что-нибудь еще? Знаю ли я достаточно, чтобы принимать верные решения? Последний вопрос очень серьезен, и он мешает мне спать ночами.

Я не хочу утомлять вас лекцией по психологии, но есть модель под названием «Иерархия компетентности», разработанная Ноэлем Бёрчем в 1970-х годах. Это четырехступенчатая модель вашего понимания своих задач и обязанностей. Моя обязанность как терапевта – знать медицину, и она определяет все мои повседневные решения. Все начинается с самой страшной ступени,

называемой «неосознанная некомпетентность». Короче говоря, вы не знаете, чего не знаете. Вы невежественны и даже не осознаете этого. Звучит пугающе. Затем, узнавая больше, вы осознаете пробелы в знаниях. Это вторая ступень – «осознанная некомпетентность». Итак, вы изучаете что-то (медицину, например) и затем успешно применяете свои знания, но прикладывая мыслительные усилия. Это третья ступень, называемая «осознанная компетентность». Наконец, дело становится вашей второй натурой, и вы можете выполнять его не задумываясь. Это четвертая ступень – «неосознанная компетентность». Я каждый день спрашиваю себя, не являюсь ли я неосознанно некомпетентным, и мысль об этом отрезвляет меня. Страх – сомнительная мотивация. Тем не менее я уже смирился с этим (я не всегда так себя чувствовал). Сегодня я рад работать рука об руку со страхом. Он делает меня лучше и поднимает меня на новый уровень.

Это своего рода гироскоп в моей голове, который может быть полезен лишь человеку, сидящему напротив меня.

Пятница, 7 июня (17:29)

Теперь он может войти с минуты на минуту. Заключительный акт. Я вытягиваю ноги, позволяя себе немного опуститься в кресле, и хлопаю ладонями по коленям. Расслабившись, я смотрю в потолок. Знаете, я сегодня много размышляю о том, что вы должны вынести из этой книги. Думаю об уроке, который мне хотелось бы преподать. Каков мой посыл? Я сомневаюсь. А должен ли быть этот посыл? Проблема в том, что я обычный терапевт. Не политик, не ученый и уж точно не раздражающий лидер мнений. Моя карьера сосредоточена вокруг человека, сидящего передо мной, и этим мои профессиональные интересы неизменно ограничиваются. Кроме того, я считаю, что с моей стороны преподавать вам уроки было бы невероятно скучно. Итак, я пришел к выводу, что у меня есть для вас всего одно предложение. Оно не очень глубокомысленное и не

изменит вашу жизнь, однако его полезно держать в голове. Вот как оно звучит:

Всегда думайте о пробеле между знанием и делом в своих действиях.

Важно понимать, насколько велик пробел между знанием о том, что вам нужно сделать, и тем, делаете вы это или нет. В здравоохранении эта концепция проста: если вас интересует самый легкий способ поддержания здоровья, вспомните слова Гиппократа, которые я приводил в прошлом месяце, когда встретился с Гарри: «Если бы каждый человек получал оптимальное количество еды и физических нагрузок, не слишком мало и не слишком много, то мы бы нашли самый простой путь к здоровью». Важно заложить фундамент для хорошего здоровья, а затем держать болезни под контролем. Нужно действовать проактивно, а не реактивно. Разумеется, можно добавить другие аспекты, такие как сон, общение, поддержка и так далее, но общий смысл ясен. Что самое важное, вы и так все это знаете. Но делаете ли вы это? Кроме того, нам удалось обобщить всю ту бесконечную ерунду о поддержании здоровья, которую можно найти в интернете, в одном коротком предложении. Все просто, нет никаких хитростей. И здесь точно не маскируется никакой очередной велнес-тренд. Если посмотреть внимательно, то все эти тренды можно свести к одним и тем же принципам: будьте активными, ешьте разумно, отдыхайте, следите за психическим здоровьем. Я могу радостно сообщить, что всем интернет-инфлюенсерам, рассказывающим о здоровье, можно уйти в отставку. Разумеется, разрыв между знанием и делом выходит далеко за пределы здоровья.

Будьте добрыми. Поддерживайте друг друга и вдохновляйте. Можете добавить сюда любые другие фразы из поздравительных открыток.

Всегда думайте о пробеле между знанием и делом.

Если бы мы все это делали, то мир, возможно, стал бы лучше. Знаю, слишком глубокомысленное изречение. Но сегодня мой последний день на этой работе, поэтому мне позволено говорить подобную ерунду.

Пятница, 7 июня (17:31)

Господи, Бенни! Ты опаздываешь, поторопись!

Мне нравится моя работа, но иногда я ненавижу человека, в которого она меня превращает. Бывает, мне кажется, будто мозг вот-вот взорвется внутри черепа, и мне становится сложно мыслить рационально. Однако приходится, потому что человек, сидящий напротив меня, ждал свои 10 минут. Он хочет меня, причем целиком. Какое ему дело до того, что у меня был трудный день? У него проблемы со здоровьем, и ему нужна консультация терапевта. Хорошего терапевта, который будет сосредоточен на его проблеме.

Честно говоря, больше всего меня беспокоит моя гиперответственность. Иногда мне даже хочется меньше думать о пациентах и быть к ним холоднее. Возможно, тогда я бы крепче спал. Понимаете, внутри меня всегда идет борьба. Одна часть меня хочет проигнорировать третью проблему со здоровьем пациента (часто это сделать невозможно, например если речь идет об уплотнении в груди) и попросить его прийти в другой день к другому терапевту, однако другая, более сильная часть меня, знает, что это неправильно (здесь мы возвращаемся к разрыву между знанием и делом). Что получается в результате? Я злюсь на себя из-за того, что решил поступить правильно. И я чувствую гнев. Ведь я понимаю, что сам выбрал задержаться на работе, приехать домой поздно, пропустить купание Уильяма. Человек, сидящий напротив меня, никогда не узнает об этом – он и не должен знать. Однако в качестве сопутствующего ущерба он получает более грубого, сурового и несдержанного терапевта. Прежде чем стать врачом, я даже не догадывался о наличии у себя такой стороны.

Эмоциональная облицовка исчезает.

Я люблю свою работу, но иногда ненавижу человека, в которого она меня превращает.

Я решаю каждый вопрос, практически не испытывая эмпатии. Да, я добираюсь до сути проблемы, но даю пациенту короткие, резкие, жесткие (даже жестокие) ответы. Они не покрыты сахарной глазурью и не побуждают пациента обратиться ко мне снова. Пациент даже не чувствует, что принимает участие в процессе формулирования решений. Я всегда чувствую себя паршиво, понимая, что это снова произошло. Меня терзает чувство вины и отвращение к работе, а еще к тому, что я не смог ничего предотвратить. Сегодня клиники катастрофически перегружены, и времена, когда на консультации обсуждалась только одна проблема, давно прошли. Почему? На это есть множество причин. Люди не могут попасть к терапевту так же легко, как раньше, и поэтому вынуждены копить проблемы и вываливать их на меня за один раз. У них появился доступ к большому объему информации в интернете, поэтому они чаще ставят себе диагнозы (обычно самые страшные). Люди стали больше беспокоиться о здоровье по тем же причинам. Но, несмотря на произошедшие перемены, ожидания пациентов не изменились: они надеются, что все проблемы будут решены за десятиминутную консультацию. Я понимаю, это звучит так, будто я себя жалею. Это не так. Я совсем не виню пациентов, нет. Кроме того, я всегда буду обслуживать их максимально хорошо. Я просто размышляю о том, что иногда собственная прилежность меня подводит. Она отрицательно сказывается на моей жизни вне работы. На моей жизни с Элис и Уильямом, которая для меня особенно важна. Я это просто ненавижу. Мне кажется, что я подвожу своих близких. И дело не только в том, что я поздно возвращаюсь домой, а в том, что прихожу встревоженный, ворчливый, раздражительный и злой. Это как новые семь гномов Белоснежки. К счастью, сегодня такое бывает уже гораздо реже. Мне приятно думать, что я научился распознавать подобный настрой и бороться с ним заранее. Однако это реактивный

подход, а я стремлюсь к долгосрочному проактивному подходу, душевному спокойствию вроде того, что я ненадолго ощутил в апреле. К счастью, у меня великолепная, понимающая меня жена.

Всего меня. Мои сложные внутренние иррациональные часы. И моего часовщика тоже.

У меня появляется ком в горле при мысли о том, как много Элис значит для меня. Об этом можно написать отдельную книгу. Она знает, как нужно обращаться со мной, когда я прихожу домой, похожий на злобного медведя с больной головой. В этом тоже нет ничего сложного: она просто просит мой мизинец и тянет за него, словно это выпускающий стресс клапан. Одновременно она просит меня выдохнуть через рот, а затем обнимает. И это всегда помогает.

Какая женщина!

Вот они оба на моем телефоне: смеющиеся Элис и Уильям с улыбающимися глазами. Я рассматриваю фото во всех подробностях. Складочки в уголках рта Уильяма. Его беззубые десны. Элис, обвивающая Уильяма руками. То, как он льнет к ней. Валики детского жира на его теле. Безопасность. Защищенность. И счастье.

В середине этого года я изменился как человек, и это изменило меня как терапевта. До рождения Уильяма я словно смотрел на мир другими глазами. Когда он появился на свет, все за мгновение поменялось. Ничто меня к этому не готовило. Люди иногда говорят о подготовке к важным событиям в жизни как о процессе. Взять, например, становление врачом… Вы много лет учитесь в медицинской школе, прежде чем познакомиться с этой работой. Молодой врач получает страховку, сетку безопасности и команду, готовую прийти на помощь. Это медленный процесс, естественный и постепенный. Процесс становления родителем совсем на это не похож. Разумеется, вы можете говорить о рождении ребенка. Вы покупаете всевозможные детские вещи, большинство из которых вам не понадобится. Затем вы ждете. И однажды как гром среди ясного неба появляется он: ребенок. Ваш ребенок, за которого

отныне вы постоянно несете огромную ответственность. Как это может не изменить ваш взгляд на мир?

Рождение Уильяма изменило мой взгляд на мир двумя путями. Во-первых, оно сделало меня гораздо более эмпатичным. Теперь при виде больных детей я думаю об Уильяме. Представляю, что бы чувствовал на месте родителя. Тревогу. Страх. Неопределенность. Беспомощность. Я даже представляю, как Уильям бы себя чувствовал. Теперь я испытываю гораздо более глубокие эмоции, чем до рождения сына. Разумеется, я и раньше огорчался, но все же мне не казалось, что в грудь вонзают нож и проворачивают его. Это было что-то абстрактное. Здесь мне нужно быть осторожнее. Это мои чувства, и я не имею в виду, что отсутствие у человека детей означает, что он не может относиться к ним с искренней любовью, состраданием и профессионализмом. Я просто рассказываю свою историю и никого не хочу обидеть.

Второе изменение в моем взгляде на мир было гораздо более неожиданным. Теперь, когда я слышу о страданиях детей в новостях или смотрю фильм, где ребенок находится в опасности, болеет или умирает, меня это очень, очень трогает. Это ранит мое сердце. Я думаю о нашем мальчике, который спит в своей кроватке целый и невредимый. Я представляю, как страдают мать и отец того ребенка. Честно говоря, я не думаю, что мне хватит писательского таланта описать это.

Простите!

Пятница, 7 июня (17:35)

У Бенни есть еще пять минут. Если он не придет, то официально пропустит прием.

* * *

Казалось бы, по моей истории легко понять, почему мы с Элис и Уильямом уезжаем из города и хотим поселиться в сельской местности. Вероятно, там будет безопаснее, тише, дешевле, дружелюбнее. Так? Да, скорее всего. Когда Уильям появился на свет, я ощутил стремление отвезти его в более приятное место, где он будет расти. Думая о жизни городского терапевта, мне, конечно, хочется предположить, что в сельской местности будет легче: меньше стресса, меньше трудностей, меньше давления. Те месяцы, когда я жаловался на сложности в клинике и их влияние на мою семейную жизнь, только укрепили эту идею. Однако я понимаю, что ничто из этого не является главной причиной нашего переезда. Я знаю, что мы вполне могли бы и дальше строить счастливую жизнь для нас троих (кто знает, возможно, однажды нас будет четверо или пятеро?) в городе. Здесь так много возможностей для Уильяма и всех нас. Много занятий, друзей, приключений. Я мог бы строить карьеру в своей клинике и однажды стать врачом-партнером. Это позволило бы мне внести необходимые, на мой взгляд, изменения в работу клиники. Несмотря на все мои жалобы, я люблю свою клинику. У меня могло бы все получиться. Теперь я отчетливо понимаю, что городская жизнь может быть счастливой. Из-за этого я задумался, почему мы все же переезжаем. Ответ до смешного прост: ради новой главы. Ради нового приключения. Не более безопасного, хорошего и дешевого, а просто другого.

Итак, менее чем через месяц мы с Элис и Уильямом будем жить в сельской местности. Поразительно, но нашему сыну к тому моменту будет уже почти 10 месяцев. Жизнь станет совсем другой, и это будет новый этап приключений Скиттлов. Возможно, мы будем носить резиновые сапоги и делать странные деревенские вещи, например здороваться с проходящими мимо незнакомцами.

Это просто невероятно!

Я волнуюсь, как и все мы. За исключением Уильяма, разумеется. Думаю, еще какое-то время он ничего не будет понимать. Станет ли ритм жизни и работы слишком медленным? Я ожидаю, что жизнь в

сельской местности будет тише и спокойнее. Городской хаос измотал меня за последние двенадцать месяцев, в этом я точно уверен. Я просто надеюсь, что все это нас не ошеломит и мы не совершим слишком резкий поворот по направлению к изоляции. Я уверен, что этого не случится, однако наше будущее остается неизвестным. Не знаю, у меня не получается делать прогнозы. Тем не менее нам по душе идея стать частью сплоченного сообщества. Иметь больше времени и места, чтобы расти как семья. Найти время на здоровый образ жизни и реже испытывать стресс (все это упирается в мою работу терапевта). Быть может, я даже присоединюсь к команде регбистов-ветеранов (мне ведь уже за тридцать)? Однажды, если мое тело не подведет (и Элис мне разрешит), мы с Уильямом устроим матч. Это будет очень весело!

Я думаю, что моя новая работа не будет значительно отличаться от старой. Однако я жду, что будет больше вызовов на дом, в том числе к людям, проживающим в изолированных местах (разумеется, вы можете быть окружены людьми в многоквартирных домах и чувствовать себя в изоляции). Полагаю, мне придется еще более тщательно оценивать риски, принимая медицинские решения, ведь через дорогу не будет современной больницы, которая меня подстрахует.

В конце концов, это отдаленная сельская местность. Если авария, в которую попала миссис Грей в прошлом октябре, и научила меня чему-нибудь, то только тому, что вдали от города не все так просто. Я надеюсь, что мы будем защищенными, здоровыми и счастливыми, что бы ни произошло. Это главное, чего хочет каждый из нас. А в работе моя цель остается прежней: стремиться быть не просто хорошим терапевтом, а прекрасным. Заглядывать в окна пациентов и стараться им помочь. Мой план остается неизменным, все очень просто. Однако я меняю уличные банды на сообщества фермеров. И надеюсь, что, прочитав эту книгу, вы поймете, насколько легко быть плохим терапевтом и как невероятно сложно быть хорошим. Я предпочитаю второй вариант.

Я стремлюсь к этому каждый день. Даже в плохие дни.

Пятница, 7 июня (17:39)

Я встаю и разглаживаю брюки, готовясь пойти к регистратуре и посмотреть, не пришел ли Бенни. Возможно, администратор просто не отметил, что он уже ждет. Однако я останавливаюсь, понимая, что жизнь повторяется примерно двенадцать месяцев спустя. Я таращусь на свою промежность.

Вы, блин, издеваетесь?

Она снова изуродована белым пятном. Теперь это не йогурт, как было до Уильяма. В мире после рождения Уильяма это детская смесь. И она еще больше похожа на сперму, чем греческий йогурт.

Пятно большое. Засохшее и подозрительно заметное.

Я замираю, продумывая варианты, и улыбаюсь. Так много воды утекло с тех пор, как йогурт впервые испачкал мои брюки. Я чувствую себя мудрой старой совой. Я пытаюсь оттереть пятно, но от этого оно выглядит только хуже, становясь вконец размазанным и подозрительным. Это неважно. Я поднимаю глаза и вздыхаю. Кроме того, сегодня я понимаю, что о воде не может быть и речи. Я не хочу выглядеть так, словно обмочился перед приходом последнего пациента в этой клинике. Итак, я решаю ничего не делать. Пусть оно просто будет. Когда я снова делаю шаг к двери, на моем компьютере высвечивается сообщение: 17:30, ФРЕЙ, Бенджамин: не появился.

Ох, Бенни.

Я чувствую себя мудрой старой совой.

Мой последний пациент не пришел.

Ну, что я вам говорил? В жизни не бывает голливудских концовок. Это особенно обидно, ведь я наконец нашел свой ответ на вопрос Бенни о смысле жизни: погоня за дальнейшим счастьем.

Ладно, я закончил, время идти домой. Так завершается моя история городского терапевта. Я надеваю наушники, на полную

громкость включаю песню Элтона Джона «I’m Still Standing» и в последний раз запираю дверь своего кабинета.

Топ пять моих любимых пациентов

Я понимаю, что у врачей не может быть любимых пациентов, как у родителей – самых любимых детей, но мне бы хотелось назвать пять моих любимых пациентов за последний год. Спасибо, что вы не просто позволили мне стать частью вашего медицинского путешествия, но и преподали мне важные уроки.

Первое место: мистер и миссис Ли, которые взорвали мой мозг всевозможными способами.

Второе место: Наталья, которая показала, что даже из безвыходных ситуаций есть выход.

Третье место: Бенни, которому хватило смелости задать вопрос, волнующий каждого.

Четвертое место: Пэтси, которая показала силу безграничного оптимизма и простой улыбки.

Пятое место: миссис Талли, которая подняла мое терпение на новый уровень!

Заключение

Январь 2020 года

Наше медицинское путешествие продолжается до самой смерти. Наше здоровье меняется к лучшему или худшему постоянно: изо дня в день, из месяца в месяц, из года в год. Я думал рассказать вам, на каком этапе своего путешествия сейчас находятся мои пациенты. Лучше им или хуже? Есть ли у них новые диагнозы? Жаловались ли они на меня? Помогло ли им назначенное лечение?

И живы ли они до сих пор?

Но потом я понял, что это лишнее, хотя знаю, что огорчу некоторых из вас. Но мне не стыдно. Понимаете, к тому моменту, как эта книга будет прочитана, пациенты еще продвинутся в своем путешествии.

Нет конечной точки, как нет и пункта назначения. Наши пути идут вдоль зыбучих песков времени.

Радость в самом жизненном пути. Возможно, задача терапевта заключается в том, чтобы помогать людям как можно дольше оставаться в своем путешествии. Разве это может не нравиться?

Эпилог. Коронавирус

Когда мы расстались в июне прошлого года, мы все интересовались приливами и отливами лишь своей собственной повседневной жизни. У каждого из нас были свои цели, тревоги, амбиции и ожидания. Как и пациенты, которых я описал в этой книге, мы находились каждый в своем медицинском путешествии. Однако теперь мы переживаем коллективный опыт, первый для большинства из нас: пандемию коронавируса. Мы все находимся в своих домах, имея право выходить лишь затем, чтобы купить самое необходимое и час в день позаниматься спортом.

Разумеется, сегодня я пишу этот эпилог, имея совершенно другой взгляд на мир. Мы с Элис оставили городскую жизнь более десяти месяцев назад. Нашему энергичному сыну Уильяму уже полтора года, и он продолжает вносить в нашу жизнь любовь и хаос. У нас все хорошо.

Пятница, 3 апреля 2020 года

«Не беспокойтесь, вероятно, это самокупируемая вирусная инфекция». Я, как и другие терапевты, произносил это предложение сотни, если не тысячи раз. В конце концов, это невероятно распространенный сценарий, с которым терапевты сталкиваются ежедневно: болезни вроде простуды или гриппа. Вы все знакомы с ними в той или иной степени. Кашель, жар, повышенная утомляемость, боль в мышцах, першение в горле. Раньше вы выходили из кабинета терапевта через 10 минут, услышав обнадеживающее утверждение: «Не беспокойтесь, вероятно, это самокупируемая вирусная инфекция». Вам советовали пить больше жидкости, принимать парацетамол и соблюдать постельный режим. Как это часто бывает, вам, возможно, говорили: «Нет, никакие антибиотики не нужны. Разве вы не знали, что мы боремся с глобальной проблемой антибиотикорезистентности?»

Задача терапевта в том, чтобы помочь людям как можно дольше оставаться в своем путешествии.

Однако в декабре 2019 года мир начал меняться. Сначала это происходило медленно. Новый коронавирус, вирус тяжелого острого респираторного синдрома, вызывающий болезнь COVID-19, появился в Китае. После этого в мире начались стремительные перемены. В Великобритании первый случай заболевания регистрируется 28 февраля 2020 года. Одиннадцатого марта Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) объявляет начало пандемии. И сегодня, 3 апреля 2020 года, чуть более месяца спустя, мы ждем пика заболеваемости COVID-19, который больно ударит по нашей стране (особенно по Лондону, национальному эпицентру). Жертв будет много. Теперь мы все это понимаем. Правительство готовило нас к этому неделями. Тот факт, что мы строим многочисленные больницы на четыре тысячи коек, оснащенные аппаратами искусственной вентиляции легких, является большим красным флагом. На сегодняшний день от COVID-19 в Великобритании скончалось 3605 человек. Говорят, что к концу кризиса цифра может возрасти до 250 тысяч, если ничего не предпринимать. Это число не укладывается в голове.

Неудивительно, что положение в стране сейчас напоминает военное. Большинство из нас с этим никогда не сталкивалось и не ожидало, что столкнется. Лично я точно нет. Кроме того, я даже представить не мог, что всему виной станет вирус диаметром 120 нанометров. Тем не менее мы столкнулись лицом к лицу с величайшей угрозой коллективному здоровью и образу жизни за несколько десятилетий. Однако хорошая новость в том, что нас, британцев, ничто не сломит. Уж точно не вирус, имеющий такое же название, как пиво, которое подается с лаймом. Мы все делаем то же, что и всегда во время британских национальных кризисов: забываем о различиях, объединяемся (соблюдая дистанцию,

конечно), пьем много чая, хлопаем в ладоши и даем врагу отпор. Очень мощный.

Именно попытки дать отпор кардинально изменили нашу жизнь в последние месяцы. Ранние меры по соблюдению социальной дистанции переросли в самоизоляцию и полный отказ от контактов для самых уязвимых людей в обществе. Технику мытья рук положили на мотив именинной песенки. Сегодня все знают, кто такой профессор Крис Уитти (главный врач Англии, если вы вдруг не знали, хотя это непростительно). Все представляют, как на самом деле выглядят два метра. Все хлопают врачам. Очень много, и это чудесно. Рулон туалетной бумаги стал на вес золота. Мы начали ценить ключевых работников и поняли, как сильно мы их любим. И, разумеется, нам пришлось работать удаленно из дома. Хотя эти меры варьируются от жестких до легких, каждый шаг и каждое действие имеют огромное значение. Они являются нашим стратегическим запасом и как сдерживают распространение коронавируса, так и укрепляют нашу коллективную решимость положить конец его распространению. Мы должны сказать вирусу, чтобы он катился куда подальше. Все это подкреплено простым и однозначным правительственным распоряжением: «Оставайтесь дома. Берегите Национальную службу здравоохранения. Спасайте жизни».

Это тяжело. Мы вынуждены смириться с разрушительными последствиями в виде потерянных жизней и понять, что в ближайшие недели смертей не избежать. А затем мы столкнемся с нескончаемым сопутствующим ущербом. Если вы похожи на меня, то будете постепенно осознавать реальные последствия этого вируса для семьи и друзей, здоровья, общества, прав и свобод, экономики и нашего будущего. Лично я, и, думаю, многие из вас тоже, осознали это в Материнское воскресенье. В этом году мы отмечали его на расстоянии, поздравляя друг друга телефонным звонком, или просто махали в окно. Как ни странно, меня расстроило не то, что я не смог увидеться с мамой, а то, что она не смогла навестить свою

девяностолетнюю маму. Честно говоря, в таком возрасте никогда не знаешь, какой год окажется последним.

Оценить последствия вируса для здоровья – это невыполнимая задача. Однако даже на этом раннем этапе специалисты высказывают свои тревоги, например об увеличении проблем с психическим здоровьем (новых и обострившихся старых) из-за самоизоляции. Как ни странно, эта ситуация существовала в мире и до коронавируса, и я говорил о ней в книге. Национальная служба здравоохранения не располагает достаточными ресурсами, чтобы помогать пациентам улучшать качество жизни. Более того, многие пациенты с другими острыми и серьезными заболеваниями сейчас избегают вызова скорой помощи или похода к терапевту. Возможно, они боятся заразиться или заразить других коронавирусом или не хотят добавлять работы врачам во времена национального кризиса. Я слышал об этих и других причинах от своих пациентов. На это я отвечаю, что Национальная служба здравоохранения продолжает работать для всех, просто немного иначе.

Разумеется, моя работа тоже претерпела изменения. В «Тайном терапевте» вы прочли о моей жизни в городе. Вы узнали, что мой рабочий день состоял в основном из утренних и вечерних личных консультаций, между которыми был торопливый визит на дом и бесконечная бумажная работа. В той жизни телефонные консультации составляли лишь небольшую часть моего дня, а симптомы гриппа и простуды не вызывали сильнейшего страха, не требовали полного комплекта средств индивидуальной защиты и не означали начало жесткого карантина. Иногда мне кажется, что инструкция по самоизоляции взята из «Рассказа служанки» (если вы не читали эту книгу, сейчас не время начинать). Это лишь один пункт из списка вещей, к которым медицинская школа меня не готовила. Уверяю вас, я не могу ее за это судить…

Чуть больше чем за четыре недели жизнь терапевтов значительно изменилась. Я не помню пациента, которого я последний раз принимал лично. Это было почти три недели назад. Свой рабочий

день я провожу, разговаривая с пациентами по телефону и иногда консультируя их по видеосвязи. Я работаю из дома. В данный момент двери нашей клиники закрыты для всех, кроме людей, обращающихся к медсестрам ради регулярного введения антипсихотических препаратов, перевязки ран или срочных анализов крови (их безопаснее делать в маленькой клинике, чем в крупной больнице). Принимая каждое медицинское решение, я усиленно взвешиваю риски и выгоды. Риск – это вероятность пациента подхватить или распространить коронавирус. Выгода – это вероятность того, что здоровье пациента улучшится и он не попадет в больницу, а также не добавит нагрузки отделению неотложной помощи.

Для меня функции терапевта во время кризиса предельно понятны.

• Распознавать потенциальные клинически нестабильные случаи коронавируса и направлять таких пациентов к специализированным командам врачей.

• Поддерживать клинически стабильных пациентов с COVID-19, которые лечатся дома.

• Следить за здоровьем пациентов, несмотря на ограниченный доступ к медицинским процедурам.

• По возможности лечить острые и хронические заболевания амбулаторно.

• Предотвращать перегруженность отделений неотложной помощи, делая все вышеперечисленное.

• Помогать местному населению советами и оказывать ему поддержку.

• Исполнять распоряжение нашего правительства: «Оставайтесь дома. Берегите Национальную службу здравоохранения. Спасайте жизни».

Что касается последнего пункта, временами мне приходится говорить людям, что они безрассудно игнорируют столь важное распоряжение, подвергая жизнь других людей опасности, потому

что им кажется, что правила на них не распространяются. Британцев более 66 миллионов, и если так думает хотя бы один процент, то это уже проблема. В таком случае коронавирус продолжит с легкостью распространяться.

Возможно, инструкция по самоизоляции взята из книги «Рассказ служанки».

Сейчас из-за семейных обстоятельств и моего состояния здоровья мой вклад в борьбу с коронавирусом ограничивается телефонными консультациями. Однако бесчисленное количество терапевтов работает в разных медицинских учреждениях и очно лечит пациентов с COVID-19 (подтвержденным или подозреваемым). По всей стране были построены специализированные коронавирусные больницы, куда привозят пациентов с подозрением на COVID-19. Любой терапевт может направить туда пациента, у которого он дистанционно (по телефону или видеосвязи) заподозрил коронавирус. Более того, состояние пациента может ухудшаться, и это ухудшение означает, что ему требуется личная консультация. В этих клиниках трудятся врачи, медсестры и другой медицинский персонал, которые, как мы надеемся, обладают достаточной квалификацией, чтобы провести физический осмотр, измерить жизненные показатели (включая содержание кислорода в крови, частоту дыхания и температуру) и при необходимости взять кровь на анализ у потенциально заразного пациента. Они делают все это, сознательно рискуя своим здоровьем. Дело не только в том, что это их работа, но и в том, что им не все равно. Разумеется, в таких клиниках есть лимит помощи, которую можно оказать. Пациентов в критическом состоянии доставляют в больницы, где их часто помещают в отделение реанимации и интенсивной терапии.

Я сознательно стараюсь не сделать этот эпилог слишком «американским», избегая чрезмерных душевных излияний и восхищения, но роль терапевта нуждается в контексте во времена

кризиса. Мы, терапевты, – лишь винтик в колесе Национальной службы здравоохранения. Винтик, чьи задачи я уже перечислил. Однако в ней огромное количество других винтиков (в конце концов, Национальная служба здравоохранения занимает пятое место среди крупнейших работодателей в мире). Несчетное количество медсестер, парамедиков, социальных работников, специалистов по паллиативной помощи и других сотрудников обеспечивают работу медицинской системы от начала до конца. В больницах рок-звездами являются, конечно, невероятные и вдохновляющие реаниматологи, которые дают шанс на выживание больным COVID-19 в самом тяжелом состоянии. Специалисты отделения неотложной помощи работают как с потенциальными коронавирусными больными, так и с пациентами, которые обращаются к ним по поводу рутинных проблем со здоровьем, хотя в сегодняшних условиях таких людей стало меньше. Между этими двумя отделениями трудятся многочисленные больничные бригады. Есть онкологи, задача которых – обеспечить оптимальное лечение рака даже в тяжелые времена. Чтобы все в больнице функционировало должным образом, есть ассистенты, санитары, разносчики пищи, технический персонал, администраторы, работники регистратуры, охранники и менеджеры. Тысячи работников сферы здравоохранения, которые уже вышли на пенсию, сейчас возвращаются на передовую. Нельзя забывать и о волонтерской программе, созданной Национальной службой здравоохранения 24 марта 2020 года, в которой уже приняли участие сотни тысяч людей, готовых пожертвовать своим временем. Это не может не тронуть за живое даже самое каменное из сердец. Я уверен, что кого-то не назвал, но вы меня поняли: в системе есть множество винтиков, объединенных целью спасать жизни. Добавлю, что такой взгляд на вещи объединяет их не только во времена кризиса. Мы должны гордиться Национальной службой здравоохранения. Это наше национальное достояние.

В условиях кризиса я должен быть особенно осторожен с принятием решений. В основном это связано с тем, что, принимая их, я основываюсь исключительно на рассказанном пациентом и на своих расспросах. Позади остались дни (пока, по крайней мере), когда я мог лично осмотреть пациента и измерить его жизненные показатели. Теперь я сижу за кухонным столом с гарнитурой от Apple iPhone в ушах и таращусь в свой рабочий ноутбук (при этом Уильям часто пытается карабкаться по моей ноге). Я стараюсь получить как можно больше информации от пациентов, поскольку, как я уже сказал, у меня теперь нет возможности осмотреть их лично. Я не могу просто направить всех в отделение неотложной помощи или коронавирусные больницы. Мне приходится идти на большой риск (и, соответственно, брать на себя немалую ответственность), чтобы предотвратить чрезмерную нагрузку на эти учреждения. Подозреваю, что для большинства терапевтов такой уровень риска был совсем не привычным до кризиса. Опять же, сейчас особое время, и наша задача отчасти заключается в том, чтобы идти на риск и защищать Национальную службу здравоохранения.

Приведем в качестве примера сегодняшний утренний прием, который я вел по телефону. Многие мои пациенты подозревали у себя коронавирус. Такие консультации делятся на две четкие части. Первая часть – это определение вероятности наличия у пациента коронавируса. Благодаря общепринятым черно-белым критериям это довольно просто: температура выше 37,8 градуса и/или сильный кашель. Больные коронавирусом могут не иметь симптомов или иметь желудочно-кишечные проблемы (диарея, например), миалгию (боль в мышцах) или першение в горле (это не все возможные симптомы). Все может указывать на коронавирус, даже если вы его у себя не подозреваете. Это объясняет, почему мы должны оставаться дома. Это необходимо, чтобы остановить распространение вируса и спасти жизни.

Вторая часть – это оценка того, насколько плохо себя чувствует человек. Тут уже сложнее. Мне нужно задавать правильные вопросы,

необходимые, чтобы понять, например, в каком состоянии находится дыхательная система (в первую очередь коронавирус поражает именно ее). Как вы можете описать свое дыхание сегодня? Отличается ли оно от нормального? Вы справляетесь с повседневными делами? При физических нагрузках ваша одышка сильнее, чем обычно? Вы можете говорить полными предложениями? Вы чувствуете, что ваше дыхание изменилось? Стало более поверхностным? Быстрым? Есть ли у вас кашель? Влажный или сухой? Продолжительный? Постоянный? Затем я оцениваю внешний вид пациента по описанию или видеосвязи. Ваши губы стали бледными или синеватыми? Ваша кожа прохладная и влажная? Если положить руку на грудь, появляется ли ощущение, что она двигается сильнее/быстрее/более поверхностно? Эти вопросы бесконечны, но без них не обойтись. По сути, это единственное, чем я располагаю. Я не могу измерить частоту дыхания (нет способа сделать это эффективно и точно на расстоянии), содержание кислорода в крови и ритм сердечных сокращений. Собрав информацию, я принимаю простое решение: можно ли лечить этого пациента на дому? Чем я рискую, если приму неправильное решение?

Все это тяжело и утомительно, однако в моей жизни до сих пор присутствуют моменты легкости, когда я могу улыбнуться над поразительной нелепостью поведения некоторых людей. Все началось сегодня утром во время телефонной консультации с мистером Грином, который, как и многие другие сегодняшние пациенты, заподозрил у себя легкие симптомы коронавируса. Он позвонил мне, чтобы задать важный фармакологический вопрос: повлияет ли связанный с коронавирусом кризис на производство «Виагры»? Он попросил трехмесячный запас этого препарата (есть так много занятий, которым можно посвятить время на изоляции). Я заверил его, что в данный момент поставки «Виагры» не находятся в опасности (хотя с поставками некоторых препаратов действительно возникли временные трудности). В конце разговора я предупредил,

чтобы он не занимался сексом, если вдруг у него появится одышка, особенно если это случится еще до начала.

Я могу улыбнуться над поразительной нелепостью поведения некоторых людей.

На прошлой неделе я консультировал Джонни, очаровательного восьмидесятилетнего парня, который позвонил мне, поскольку специалист в больнице сказал ему взять у терапевта антикоронавирусный набор. Я перепроверил рабочую почту, желая убедиться, что ничего не пропустил насчет антикоронавирусных наборов. «Итак, Джонни, – сказал я и сделал паузу, подбирая подходящие слова, – разве специалист не сказал вам, что в составе этих наборов?» В ту же секунду Джонни ответил, что он должен получить маску, перчатки и антибактериальное мыло от меня, его терапевта. Через пять минут наш разговор завершился тем, что Джонни, к сожалению, разочаровался в своем специалисте и его несбыточных желаниях. Вторая консультация была по поводу бородавок, а следующая – по поводу интернет-слухов о том, что телекоммуникационные сети 5G являются реальной причиной COVID-19. Славная абсурдность жизни продолжается. Такова реальность. Колесо жизни продолжает вращаться. Наше здоровье меняется, и даже коронавирус не может это изменить. Пациенты продолжают свои медицинские путешествия, в которых бывают проблемы, начиная от обыденных и несерьезных и заканчивая разрушительными и опасными для жизни. Просто сейчас это воспринимается немного иначе. И нет, я имею в виду не только страшный коронавирус, подстерегающий нас за углом. Пациенты продолжают мне звонить и делиться теми же проблемами, которые существовали в мире до коронавирусного кризиса. Однако теперь их звонки все чаще начинаются с извинений. Пациенты говорят: «Мне неловко беспокоить вас в такое тяжелое время», но я быстро их поправляю. Никому не нужно извиняться. Даже человеку,

позвонившему мне на прошлой неделе по поводу бородавки. Национальная служба здравоохранения работает для всех. Так было до того, как коронавирус причалил к нашему берегу, так есть во время кризиса, и так будет после него. Я опять говорю все это, словно зачитываю открытку. Нам просто нужно подготовиться к нескольким сильным ударам и установить порядок оказания медицинской помощи.

Славная абсурдность жизни продолжается.

Я также получаю много благодарностей. Пациенты все чаще говорят мне по телефону: «Спасибо за все, что вы для нас делаете». Это очень приятно. Однако они говорят с человеком, имеющим синдром самозванца, поэтому я на автомате всегда отвечаю, что делаю то же, что и всегда. Ничего особенного. Множество ключевых работников делают гораздо больше, и это их нужно благодарить. Так я говорю своим пациентам.

Мне сложно найти ноту, на которой следует закончить. За время кризиса было предпринято множество критических и определяющих действий. Множество невероятных людей, работающих в Национальной службе здравоохранения и за ее пределами, заслуживают признания и похвалы. Есть так много вещей, о которых следует говорить и тревожиться, когда мы погружаемся в вызванный коронавирусом кризис. Я не могу в полной мере описать это в книге о жизни терапевта, написанной за 10 месяцев до того, как коронавирус вошел в нашу жизнь. Даже пытаться сделать это было бы грубо и неуважительно. Вскоре появятся книги о коронавирусе, и они будут написаны людьми, пережившими гораздо больше меня. Однако я не буду жаловаться и обвинять правительство в том, что оно не смогло быстро отреагировать на угрозу, сначала выбрало менее эффективный подход коллективного иммунитета, а затем переключилось на активную борьбу с вирусом, а также не смогло обеспечить

медицинских работников средствами индивидуальной защиты в достаточном количестве. Об этом вы прочитаете в газетах. Я же хочу сохранять позитивный настрой и оставаться оптимистом. Мы преодолеем этот кризис. Кроме того, разве есть люди, которые никогда не совершают ошибок? Я не вижу необходимости высказывать критику, когда каждый человек работает ради достижения общей национальной цели. БЕРЕГИТЕ НАЦИОНАЛЬНУЮ СЛУЖБУ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ. СПАСАЙТЕ ЖИЗНИ. Мне бы хотелось, чтобы хотя бы один журналист на ежедневной пресс-конференции с правительством встал и сказал: «Спасибо за все, что вы делаете», и только потом начал отрывать кусок информационной плоти.

Мне сложно найти ноту, на которой следует закончить.

В заключение я бы хотел поговорить о заботе. Прямо сейчас мы показываем жителям нашей страны и всего мира, что нам действительно не все равно. Это обнаженная и уязвимая забота, которая уже не прячется за шумом оживленной повседневной жизни. Коронавирус устранил его, изменил приоритеты и наш взгляд на то, что действительно важно. Мы нация, которая заботится. Заботится о семье и друзьях. О своем окружении. Заботится о ключевых работниках. О незнакомцах и вообще обо всех. Это объясняется тем, что мы объединились, не желая пасть под ударом коронавируса. У каждого из нас своя роль. Чем больше делает каждый из нас, тем больше мы хотим делать все вместе. Это наше коллективное медицинское путешествие. Общее окно, через которое мы смотрим на жизнь общества. Это путешествие, вне всяких сомнений, положило начало сплоченности, которой мы не испытывали несколько десятилетий со Второй мировой войны. Боб Марли пел: «Одна любовь. Одно сердце. Давай объединимся и будем хорошо себя чувствовать». Разумеется, как только социальная дистанция будет отменена.

Кроме того, британцы отлично умеют искать свет в темноте. Прямо сейчас мы именно этим и занимаемся.

Макс

Благодарности

Американский предприниматель Генри Форд сказал: «Думаете ли вы, что можете, или думаете, что вы не можете, – вы правы». Они призывал нас всех верить в себя. Хотя я в некоторой степени с ним согласен, но не считаю, что эта фраза рассказывает всю историю. Правда в том, что за достижением цели часто стоит множество людей.

Написание этой книги иногда казалось мне чем-то вполне возможным, а иногда – чем-то совершенно невозможным. Вы сейчас читаете «Тайного терапевта» благодаря людям, стоявшим у меня за спиной. Эти люди научили меня думать, что у меня все получится. Они верили в меня, и теперь я с большим удовольствием хочу их поблагодарить.

Спасибо моей жене Элис и сыну Уильяму. Вы лучшая команда на свете. Жаль, что я не могу назвать ваши настоящие имена! Вы всегда поддерживали мою ночную работу над книгой, даже когда я возвращался домой злой после кошмарного рабочего дня и жаловался на необходимость работать еще и ночью. Вы прощали меня за то, что я будил вас в два часа ночи, когда заходил в спальню и случайно наступал на одну из самых громких игрушек Уильяма (уверен, что ее намеренно оставляла там Элис – или Уильям). Элис, ты позволила мне осуществить мечту о написании книги. Спасибо, дорогая. Спасибо маме (прости, что я так много ругаюсь), папе, брату и дальним родственникам, многие из которых даже не знают об этой книге. Спасибо, что вы всегда поддерживали меня. Какой бы ни была проблема, я всегда чувствую вашу безграничную любовь и поддержку. Мне очень повезло. Дождаться не могу, когда я однажды удивлю вас этой анонимной книгой! Я очень надеюсь, что вы не скажете: «Только что прочел такую паршивую книгу», показывая мне мою.

За достижением цели часто стоит множество людей.

Спасибо моим пациентам. Вы настоящие невоспетые герои этой книги. О вас никогда не узнают. Ваши имена не будут названы. Вы никогда не узнаете себя. Тем не менее спасибо вам. Спасибо за все, что вы мне даете. Жизнь становится богаче благодаря знакомству с каждым из вас. Даже с теми, кто сводит меня с ума (вы знаете, о ком я говорю). Я просто надеюсь, что даю вам столько же, сколько вы мне. Для меня быть частью вашего медицинского путешествия – радость и привилегия.

Спасибо моему издательству Bonnier. Там так много людей, которых мне хочется поблагодарить. Позвольте мне начать с Оливера Холдена-Ри, моего первого редактора и человека, который открыл мне дверь в мир писательских возможностей. Я говорю «первый редактор», потому что он решил сменить работу на более перспективную прямо перед выходом финального варианта книги! Оли, ты привел меня прямо к зачетной линии (простите, я люблю регби) своим видением, страстью и верой в меня. Друг, я так тебе благодарен. Однако после него меня взял под крыло другой невероятный редактор, Сюзанна Оттер. Сюзанна, благодаря твоему опыту, страсти и вниманию к деталям ты перевела «Тайного терапевта» через зачетную линию. Без тебя у меня ничего бы не вышло. Спасибо, что показала мне способы сделать книгу максимально интересной для всех, кто будет ее читать.

За Оли и Сюзанной, публичными героями, стоят невоспетые члены Bonnier. Спасибо невероятной команде графических дизайнеров и иллюстраторов, которые разработали прекрасную обложку этой книги, и моему редактору Джейн, которая заставляла меня хохотать своими меткими замечаниями о некоторых моментах в этой книге и затем тщательно проверяла использованные мной медицинские термины. Спасибо моему агенту Никки Мандер, которая познакомила с этой книгой максимальное число людей и всегда была полна энтузиазма в переписке по электронной почте. Спасибо

ассистентам редактора Мадье и Софи, а также специалистам по продажам. Спасибо всем вам от всего сердца. Наконец, спасибо команде юристов (надеюсь, ваши услуги мне больше не понадобятся). При работе над книгой мне было непросто балансировать между юмором и врачебной этикой. Надеюсь, что с вашей помощью мне удалось найти этот баланс.

Генри Форд был прав, говоря, что вера обладает большой силой. Она помогла мне задумать и написать книгу, но именно все перечисленные потрясающие люди сделали мою задумку реальностью.

Спасибо.

Макс

ЛУЧШИЕ КНИГИ О БИЗНЕСЕ С ЛОГОТИПОМ ВАШЕЙ КОМПАНИИ? ЛЕГКО!

Удивить своих клиентов, бизнес-партнеров, сделать памятный подарок сотрудникам и рассказать о своей компании читателям бизнес-литературы? Приглашаем стать партнерами выпуска актуальных и популярных книг. О вашей компании узнает наиболее активная аудитория.

ПАРТНЕРСКИЕ ОПЦИИ:

- Специальный тираж уже существующих книг с логотипом вашей компании.
- Размещение логотипа на супер-обложке для малых тиражей (от 30 штук).
- Поддержка выхода новинки, которая ранее не была доступна читателям (50 книг в подарок).

ПАРТНЕРСКИЕ ВОЗМОЖНОСТИ:

- Рекламная полоса о вашей компании внутри книги.
- Вступительное слово в книге от первых лиц компании-партнера.
- Обращение первых лиц на суперобложке.
- Отзыв на обороте обложки вложение информационных материалов о вашей компании (закладки, листовки, мини-буклеты).

У вас есть возможность обсудить свои пожелания с менеджерами корпоративных продаж. Как?

Звоните:
+7 495 411 68 59, доб. 2261

Заходите на сайт:
eksmo.ru/b2b

МАКС СКИТТЛ
НЕНАСТОЯЩЕЕ ИМЯ ТЕРАПЕВТА

ДЕТЕКТИВ В БЕЛОМ ХАЛАТЕ

У КАЖДОЙ БОЛЕЗНИ
ЕСТЬ ПРИЧИНА, НО НЕ КАЖДОМУ
ПОД СИЛУ ЕЕ НАЙТИ

От издателей «НЕ НАВРЕДИ» Генри Марша. Самая популярная серия non-fiction книг, суммарный тираж более 800 000 экземпляров!

БЕЗ | МЕДИЦИНА ГРАНИЦ

Примечания

1

Подразумевается норма времени на прием пациента – 10 минут.
Вернуться

2

Общее название совокупности различных мистических течений и движений, в основном оккультного, эзотерического и синкретического характера.
Вернуться

3

Приложение, обеспечивающее доступ к геосоциальной сети для геев и бисексуальных мужчин.
Вернуться

4

Тенцинг Норгей – непальский шерпа, альпинист. Один из двух людей, первыми покоривших высочайшую вершину мира – Эверест.
Вернуться

5

Gunfight at the O.K. Corral – одна из самых известных перестрелок в истории Дикого Запада. Произошла в три часа

пополудни 26 октября 1881 года в городе Тумстоун на Аризонской территории.

Вернуться

6

Миллениалы, или Поколение Y, – поколение людей, родившихся с 1981 по 1996 год (к дате начала поколения причисляют 1977–1985 года, к дате конца – 1994–2004 года).

Вернуться

7

Слепые существа, которые питаются человеческими, преимущественно светлыми, эмоциями.

Вернуться

8

Социальная сеть для поиска и установления деловых контактов.

Вернуться

9

Методологический принцип.

Вернуться

10

Мужской грипп – насмешливое пейоративное понятие, подразумевающее, что многие мужчины в то время, когда они страдают простудой в форме назофарингита, ОРВИ, преувеличивают

и заявляют, что у них на самом деле грипп. Намек на то, что женщины так не поступают.

Вернуться

11

Острая кишечная инфекция, возбудителем которой является норовирус – одна из разновидностей энтеровирусов.

Вернуться

12

Семья, состоящая из родителей и детей либо только из супругов, на первый план выдвигаются при этом отношения между супругами (представителями одного поколения), а не отношения между представителями разных поколений (родителями и детьми).

Вернуться

13

В Великобритании медицинское образование включает шесть лет медицинской школы, два года программы подготовки для врачей, затем – интернатура от трех до шести лет в зависимости от выбранной специализации.

Вернуться

14

Частный раздел геронтологии, занимающийся изучением, профилактикой и лечением болезней старческого возраста.

Вернуться

15

Испанский национальный обычай, состоящий в убегании от специально выпущенных из загона быков, коров или телят.

Вернуться

16

Американский телесериал, посвященный жизни персонала больницы.

Вернуться

17

Подразумевается врожденный характер коленного рефлекса.

Вернуться

18

Эрготерапия – это наука и в своем роде искусство о том, как помочь людям, имеющим некоторые ограничения здоровья, участвовать в деятельности, имеющей для них значение, через целенаправленную активность.

Вернуться

19

Используется для определения характера тактильной чувствительности пациентов, страдающих диабетической нейропатией.

Вернуться

20

Угарный газ, вызывает тяжелое отравление, приводящее к смерти.

Вернуться

21

Группа медикаментов, урежающих частоту сердечных сокращений.

Вернуться

22

Навязчивые действия или ментальные акты, которые человек вынужден выполнять.

Вернуться