2020-11-23 **Александр Сергеевич Буркин – первый секретарь Калачевского районного отделения. Недавно он переболел коронавирусом, причем в самой тяжелой форме.**

Александр Сергеевич Буркин – первый секретарь Калачевского районного отделения. Недавно он переболел коронавирусом, причем в самой тяжелой форме.

Александр Сергеевич, расскажите, как Вы поняли, что больны COVID-19?

Если честно – я до последнего момента и не понимал, что болен. Хотя предпосылок для заболевания было много, все же я чувствовал себя комфортно и жил обычной жизнью. Единственное – чувствовал слабость в теле. В какой-то момент состояние стало ухудшаться, я почувствовал недомогание, температуру. Моя жена (она медик по специальности) оказала мне первую помощь – сделала жаропонижающий укол и дала обезболивающие. Но через два дня состояние ухудшилось еще сильнее, и я поехал в больницу, в отделение для больных COVID-19. Врач, к которой я приехал сразу поняла, что оказать помощь в Калачеевской больнице мне не смогут из-за того, что нет необходимых препаратов, кислорода для вентиляции легких, а у врачей не было необходимого опыта лечения больных с тяжелой формой COVID-19. В итоге меня положили в областную больницу в Воронеже. Сделанное там КТ показало четвертую степень поражения легких. Я понял, что дела у меня плохи. В течении трех недель я боролся за жизнь. Спустя три недели меня перевели из реанимации в палату, и только тогда я осознал насколько критичным было мое состояние. За три недели я потерял 19 килограмм и практически не мог двигаться. Затем начался процесс реабилитации.

Как проходил процесс реабилитации?

Сначала было очень трудно. Я вставал, пытался сделать один-два шага, а затем – увеличивал нагрузку, но в первые дни нормально ходить я не мог. Если нужно было идти на какие-либо процедуры, то приходила медсестра с каталкой и отвозила меня. В течении трех дней я каждый час старался ходить, постепенно увеличивая нагрузку. Мне повезло – из-за недостатка кислорода не произошло повреждения головного мозга. Параллельно с физическими упражнениями я старался общаться с людьми. Это давалось тяжело, не было сил, но я старался писать сообщения, письма, хотя многие их них были с ошибками. Спустя две недели меня выписали из больницы, в Калач меня отвез сын. Дорога была очень тяжелой т.к. не хватало воздуха. По приезде домой я по 8 часов занимался гимнастикой, а также использовал различные рекомендации врачей. Спустя три недели я начал выходить на улицу. Первое время ходил рядом с домом, сейчас – на стадионе.

Наладив свою физическую активность, я начал заниматься рабочими вопросами. Это было во время предвыборной кампании, я не приходил на работу, но старался из дома координировать своих коллег, делился с ними своим опытом ведения предвыборной кампании, всячески старался помочь.

Вы создали свою систему восстановления после COVID-19, можете рассказать про нее?

Первое – желание человека как можно быстрее избавиться от болезни. Второе – интенсивная ходьба. Третье – обязательное лежание на животе. Четвертое – дыхательная гимнастика.

Еще одно упражнение, которое тоже порекомендовали врачи: берете баночку с водой и через коктейльную трубочку делаете полный вдох в легкие, а выдох – в воду, 8-10 раз подряд. И последнее - небулайзер с соленой водой. Еще одно важное замечание – нельзя надувать шарики. Мне врачи сказали, что они оставляют рубцы на легких.

Чтобы Вы сейчас хотели бы сказать врачам, которые Вас лечили?

Знаете, перед выпиской зашла мой лечащий врач, принесла мою историю болезни, у нас состоялся такой диалог:

- Ваши пожелания, чтобы Вы хотели бы сказать перед выпиской?

- Вы знаете, я бы хотел стать на колени перед врачами, которые боролись за мою жизнь, но я не смогу.

- Почему?

- Я встану, но не поднимусь.

Сейчас я очень благодарен им за то, что они смогли меня спасти несмотря на все прогнозы.

Какие проблемы, связанные с системой здравоохранения, существуют в современной России?

Смотрите, у нас было 5 сельских больниц, все 5 закрыли. Это плохой результат, плохой показатель. Их можно было бы открыть во времена пандемии, но этого никто не сделал. В итоге получается интересная вещь – система подчинения больниц обрушилась. К тому же есть еще одна проблема – недостаток финансирования. Мы могли бы сейчас открыть эти больницы, но там не будет ничего, что необходимо для лечения. Еще одна проблема – персонал, у нас сейчас не хватает квалифицированных специалистов, а областные центры пока что не открыли подготовку специалистов, которые могут справиться с COVID-19.

Сейчас заметил некие параллели: если рассматривать социалистическую страну, проблема пандемии выражена не так ярко, как в капиталистической. И чем хуже капитализм, тем сложнее и страшнее ситуация с вирусом, выше количество заболеваний.