

В 2022 году житель подмосковного города Видное Валентин Ткачев перенес операцию по пересадке сердца. Восстановившись, каждый день мужчина занимается спортом, а в апреле покорил вершину горы Бештау на Северном Кавказе. О том, как ему живется после сложной операции, Валентин рассказал aif.ru.

38-летний Валентин принимает препараты для подавления излишней активности иммунной системы. Это позволяет снизить риск отторжения пересаженных тканей — такая терапия обязательна.

«И все же мое сердце почти не отличается от любого другого. Просто есть ряд ограничений», — объясняет Валентин.

Например, если он побежит, сердце «поймет» это не сразу и активно «включится» через две минуты. Все время у него при себе датчик, который контролирует пульс, длину шага, сердцебиение и дыхание.

6 апреля Валентин пробежал 16 километров и поднялся на высоту 1401 метр над уровнем моря. Признается, что было совсем не сложно. Он привык преодолеть себя.

«На вершине горы я записал ролик и выложил его в интернет со словами благодарности врачам, которые подарили мне жизнь. Мы — одна большая семья, — описывает свое состояние на восхождении Валентин Ткачев. — Вот это чудо!»

После он спускался с горы, затем — семь с половиной километров бежал до финиша... Признается, что спуск был тяжелее подъема. Но какая разница, если всего каких-то два года назад из-за слабости он не мог подняться на второй этаж?

Началась эта история в 2012 году, когда у Валентина начались проблемы со здоровьем. Все было очень странно. Казалось бы, он был здоров, но... сердце его билось, а затем зловеще отключалось. Слышался глухой удар, и оно возвращалось к прежнему ритму. Сначала Валентин значения этому не придал и в больницу обратился лишь в 2016 году. Ему провели операцию, после чего все стало хорошо.

На очередном обследовании провели эхокардиографию (УЗИ сердца). Врач, нахмурившись, объявил диагноз: «Нужно искать новое сердце. Необходима пересадка».

Услышав это, Валентин испугался:

«Помню, что я спросил: «Это смертельно?», и сразу получил ответ: «Да», — вздрагивает он.

Он все время посещал врача и лечился, но через два года все стало еще хуже. Валентин все время чувствовал слабость и даже просыпался усталым. Порой он не мог встать с дивана. Сил хватало лишь на то, чтобы проснуться и позавтракать. А еще все чаще он стал чувствовать, что сердце «горит».

«В это раз я обратился в институт имени Шумакова (Федеральный научный центр трансплантологии и искусственных органов имени академика В.И. Шумакова министерства здравоохранения РФ — прим. ред.), где врачи сразу же выявили серьезную болезнь — дилатационная кардиомиопатия. Тогда я даже не знал, что это такое», — вздыхает Валентин. Что такое дилатационная кардиомиопатия? Подробнее

Почти сразу ему дали вторую группу инвалидности. На этом «сюрпризы» не закончились. Какое-то время он прожил на препаратах, наблюдаясь у врача и принимая таблетки. В середине октября 2022 года он вышел из дома в магазин за продуктами, и посреди улицы понял, что не может сделать и шага. Будто ему забивали кол в сердце, и трудно было даже двинуть ногой. Он смог двигаться лишь через пять минут.

«На следующий день я поехал на консультацию в институт Шумакова. Меня госпитализировали и обследовали. Консилиум врачей вынес решение, что мне требуется операция и оставили меня в больнице, так как состояние мое уже было критическое», — делится Валентин Ткачев.

По его словам, было это в четверг или среду, а уже в воскресенье, 23 октября, утром дежурный врач пришел к нему в палату и объявил: «Готовься, будет пересадка».

Валентин вспоминает, что в тот самый день лежал в палате, прислушиваясь к каждому звуку, ожидая, что за ним скоро придут. А ведь раньше было страшно даже вырвать зуб! Примерно в три часа дня послышался слабый голос соседа: «Слышишь, едут?» Послышался скрип колесиков, грохот медицинской каталки.

«Проснулся я после операции около шести утра. Дежурный врач уже находился рядом, попросил сжать его палец, спросил: как дела и есть ли у меня силы. Я кивнул и подумал: „А была ли операция? Грудь не болит, нет слабости и отдышки“. Меня спрашивают: „Обезболивающее не нужно?“. Я качаю головой: нет», — вспоминает Валентин.

Его оперировали кардиохирурги Кирилл Сергеевич Кирьяков, Артур Русланович Закирьянов и большая команда специалистов, и он благодарен каждому из них

за жизнь и новые возможности. После операции он сразу почувствовал небывалый прилив энергии. Хотелось идти и что-то делать, хотя понимал, что организм сильно ослаблен. Валентин смотрел на врачей и думал: «Вот я бы за вас поработал!». Уже 16 ноября его выписали домой, затем поставили инвалидность первой группы.

«Сначала после выписки к моей кровати была привязана веревочка, за которую я поднимался. Но вскоре ко мне начали возвращаться силы. И я понял, что человек не ограничен ни в чем. Есть те, кто бегают, плавают, и кто спасает жизни, — задумывается Валентин. — Мне пересадили сердце, и открыли новый мир».

Валентин говорит, что на тот момент весил 116 килограмм. Он стал очень внимательно следить за своим здоровьем. Через месяца два после операции стал отвозить сына на дополнительные задания и ходить вокруг дома, постепенно увеличивая интенсивность ходьбы. Похудел, сбросив вес до 75 килограмм.

«Сначала у меня была небольшая отдышка в начале физических нагрузок, так как организму надо освоиться после такой сложнейшей операции. Это особенность работы сердца, но для меня это не преграда и я понял, что могу! Взял у друга гантели, стал упражняться на улице», — вспоминает Валентин.

Спорт затягивал. И вскоре мужчина уже ходил на длинные расстояния по городу Видное. Конечно, он консультировался с врачами. Видя его состояние, они разрешили ходить в бассейн. Летом 2023 в Москве проходил забег «Лига Героев».

Он пришел и туда, и, как говорит, встретил и других ребят с пересаженными почками, сердцем, легкими которые уже пробежали свою дистанцию и остались меня поддержать.

«После забега хирург Олег Поздняков, который тоже участвовал в нем, остался дожидаться, пока я пробегу свой километр, проконтролировал состояние мое и замерил пульс. Он убедился, что все хорошо, и мы разошлись», — сообщает Валентин.

В октябре 2023 года, спустя год после операции, мужчина пришел в тренажерный зал.

«В основном, ходил на групповые занятия вместе с девушками на укрепление ног, тренажерный зал посещал с осторожностью и нагрузки добавлял постепенно. Я рассказал тренеру, что у меня была операция по пересадке сердца. Спросил: „Можете ли вы меня принять?“. А она поддержала и поверила в меня», — делится он.

Ему пишет много людей со всей страны. Кто-то тоже ждёт пересадки сердца, кто-то

хочет узнать, как ему жить дальше после постановки диагноза или тяжелой ситуации.

«Каждый день Бог дает энергию, и ее можно потратить на то, что хочется. Я ее трачу на позитивные мысли и спорт. Я кайфую от каждого дня, — напутствует Валентин.

— У нас с женой небольшой бизнес, мы занимается гелиевыми шарами, я иногда сам их доставляю. Надо пройти восемь километров? Не проблема! Калории уйдут, энергия появится».

Он уверен, нельзя никому говорить, что тебе плохо. Тогда глубже засосет в эту трясику. Прими свою проблему и реши ее, пойми — испытания сделают тебя только сильнее.

«Я могу сказать, что теперь я сильный. После того, что пережил, я уже ничего не боюсь. Я уверен, что хоть в жизни будет много еще проблем, я со всем справлюсь, — обещает Валентин. — А еще, я часто хожу в церковь и ставлю свечку за своего донора. Я не знаю, кто это, но всегда говорю ему спасибо и повторяю: «Мы с тобой вместе этого добились. Мы всегда вместе с тобой».