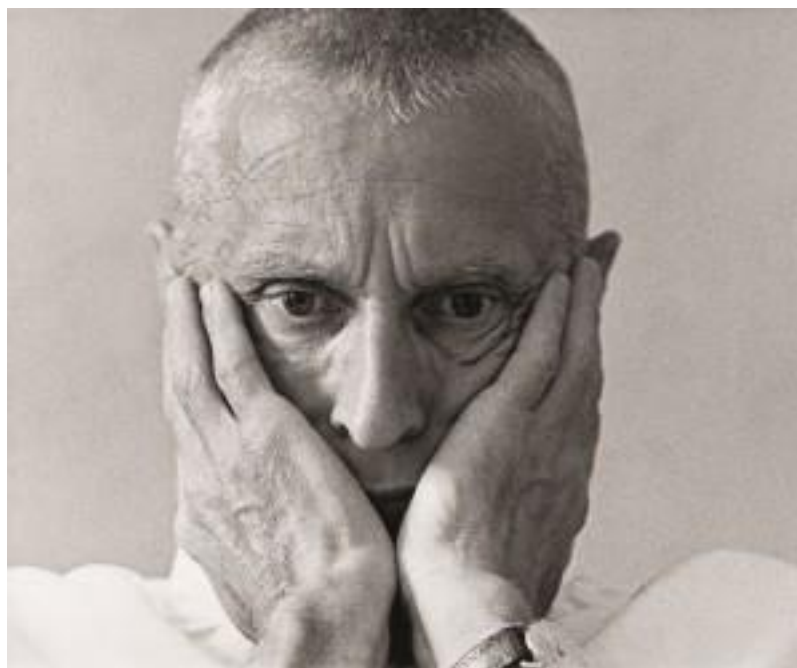


Микола Амосов – людина-легенда

Богдан Яловський, 26.03.2013, MEDBLOG



Микола Михайлович Амосов – видатний хірург, який один із перших у Радянському Союзі почав проводити операції на серці. На його рахунок тисячі врятованих життів. Він створив інститут серцево-судинної хірургії та першим здійснив протезування мітрального клапана серця, а на міжнародному рівні він вперше ввів у вживання протезування клапанів серця, що мають антитромботичні властивості.

Крім того, у 2008 році за результатами опитування громадської думки Амосов був визнаний другою людиною, після Ярослава Мудрого, удостоєний звання "великого українця всіх часів". Хіба це не говорить про народну любов до Лікаря з великої літери?

У нашої нації є проблеми з пам'яттю, щось дуже швидко ми забуваємо своїх героїв. Тому в цій статті я хотів би розповісти про життя видатного кардіохірурга. Він є чудовим прикладом для наслідування.

Народився Микола Михайлович в селі Ольхове, недалеко від міста Череповець, 6 грудня 1913 року, в сім'ї "сільських інтелігентів": батько закінчив двокласне училище, а мати була акушеркою. Батька свого Микола Амосов майже не згадував, пішов на фронт у першу світову, був у полоні, повернувся і незабаром залишив сім'ю у пошуках більш легкої долі. Сім'єю для Амосова була мати.

Микола з малого віку пізнав тяжку селянську працю. Єдиною відрадою для нього стали книги. Любов до читання прищепила йому мати. Саме через книги в маленький сільський будиночок приходив величезний, багатогранний світ. З тих самих пір майбутній академік уже ніколи не розлучався з літературою, в якій і сам зміг залишити помітний слід.

Будуть потім у його житті зміни на краще. Буде школа, механічний технікум в Череповецьку, перші трудові роки на новобудові першої п'ятирічки. Потім, перший шлюб, навчання в двох інститутах: заочному Індустріальному та Архангельському Медичному. Він отримає два дипломи інженера і медика, але мирне громадянське життя порушує війна, і влітку 1941 року Микола Михайлович потрапляє в фронтовий госпіталь. З цим госпіталем, на посаді військового хірурга Амосов пройде всю страшну війну. Можна собі тільки уявити, скільки болю, жаху і смерті довелося пережити майбутнього світилі медицини. Але не можна заперечувати, що саме колосальний досвід фронтових

років дозволив Амосову стати чудовим майстром своєї справи. У цьому госпіталі він знайде свою долю з новою дружиною, медсестрою Лідією Денисенко.

Після закінчення війни Амосов продовжує займатися хірургічною практикою. Він працює завідувачем відділення хірургії Брянської обласної лікарні, в якій створює власну методику резекції легенів при раку і туберкульозі. За шість років роботи в клініці і на посаді головного хірурга брянської області він робить таких операцій більше всіх в Радянському Союзі. По цій темі Микола Михайлович захищає спочатку кандидатську, а незабаром і докторську дисертації.



Поворотним у кар'єрі геніального хірурга стає 1957 рік. Він вперше стикається в Мексиці з операцією на серці, в якій використовується апарат "штучне серце". Ось коли його інженерні та медичні знання зливаються разом. Повернувшись на Батьківщину, Амосов починає роботу над власним апаратом подібного типу, продовжуючи займатися практичною хірургією. Кар'єра талановитого лікаря круто злітає вгору і незабаром він очолює лабораторію, потім відділ біоенергетики, а згодом стає директором Інституту серцево-судинної хірургії у Києві. За роки своєї кардіохірургічної практики Амосов провів понад 6 тисяч операцій на серці. Звичайно, бували і невдачі, але Микола Михайлович не опускав руки, і сміливо йшов вперед, впроваджуючи нові, воістину революційні способи проведення хірургічних операцій в боротьбі зі складними недугами. Слід зазначити, що свою останню операцію на серці Микола Амосов провів на початку 90-х років. А йому тоді вже минуло вісімдесят років.

Ця дивовижна працездатність Миколи Михайловича впливає з його другого захоплення, який приніс авторові славу розробника власної системи зміцнення здоров'я, так звана "система обмежень і навантажень". Ця система зробила академіка Амосова відомим не тільки в медичних колах. Його книга "Роздуми про здоров'я" була видана гігантським тиражем – 7 мільйонів екземплярів.



Нічого революційного в системі Амосова, звичайно, немає, але іноді прості, часто прописні істини зібрані разом – дають приголомшливий результат. Микола Михайлович вирішив значно збільшити фізичні навантаження. За кілька місяців лікар збільшив

навантаження у три рази. Перш за все це була фізична гімнастика. Десять різних вправ для розвитку і підтримки всіх органів і м'язів організму. Кожну вправу хірург повторював не менше 100 разів.

Пропоную Вам ознайомитись з 9 рецептами здоров'я від видатного лікаря:

1. В большинстве болезней виноваты не природа и не общество, а только сам человек. Чаще всего он болеет от лени и жадности, но иногда и от неразумности.

2. Не надейтесь на медицину. Она неплохо лечит многие болезни, но не может сделать человека здоровым... Больше того, бойтесь попасть в плен к врачам! Порой они склонны преувеличивать слабости человека и могущество своей науки, создают у людей мнимые болезни и выдают векселя, которые не могут оплатить.

3. Чтобы стать здоровым, нужны собственные усилия, постоянные и значительные. Заменить их ничем нельзя. Человек, к счастью, столь совершенен, что вернуть здоровье можно почти всегда. Необходимые усилия возрастают по мере старения человека и углубления болезней.

4. Величина любых усилий определяется стимулами, стимулы — значимостью цели, временем и вероятностью ее достижения. И очень жаль, но еще и характером. К сожалению, здоровье, как важная цель, встает перед человеком, когда смерть становится близкой реальностью.

5. Для здоровья одинаково необходимы четыре условия: физические нагрузки, ограничение в питании, закаливание, время отдыха и умение отдыхать. И еще пятое — счастливая жизнь! К сожалению, без первых четырех она здоровья не обеспечивает.

6. Природа милостива: достаточно 20-30 мин физкультуры в день, но такой, чтобы задохнуться, вспотеть и чтобы пульс участился вдвое. Если это время удвоить, то будет вообще отлично.

7. Нужно ограничивать себя в пище. Поддерживайте вес как минимум в соотношении рост в сантиметрах минус 100.

8. Умение расслабляться — наука, но к ней нужен еще и характер. Если бы он был!

9. Говорят, что здоровье — счастье уже само по себе. Это неверно. К здоровью так легко привыкнуть и перестать его замечать. Однако оно помогает добиться счастья в семье и работе. Помогает, но не определяет. Правда, болезнь — уж точно несчастье.

Нещодавно стало відомо, що про Миколу Амосова знімуть повнометражний документальний фільм – "Амосов: століття". Журналістам продемонстрували вже знайдені фото і відео – кадри хроніки і запис спогадів самого старшого пацієнта Амосова, який зараз живе в Україні, Олександра Гончаренка.

Освіжити пам'ять українців про Миколу Амосова планують вже цього року. Зйомки фільму розпочнуть у квітні, а на телеекранах повнометражка з'явиться до століття від дня народження хірурга – 6-го грудня.

Тож пам'ятаймо своїх національних героїв!

З повагою, Богдан Яловський.