

медичну практику під керівництвом спеціалістів з охорони здоров'я. І ми, представники медицини, виявилися критично не готовими до цього.

Ця реальність здебільшого прихована, а кінцеві етапи життя стають дедалі менш відомими людям. Ще 1945 року більшість смертей відбувалася вдома. У 1980-х роках таких випадків нараховувалося лише 17%. Ті, хто з якоїсь причини помирає удома, ймовірно, помирали надто раптово, щоб зробити це в лікарні, — скажімо, від обширного інфаркту, інсульту чи травм, спричинених насиллям, або перебували надто далеко, аби дістатися туди, де їм би допомогли. Не лише на території Сполучених Штатів, але й по всьому промислово розвиненому світі практика старіння й помирання перемістилася до лікарень та будинків для літніх людей.

Коли я став лікарем, то опинився по той бік лікарняних дверей. І попри те що я виріс у сім'ї, де обоє батьків були лікарями, усе, що я побачив, здавалося мені новим. Я напевно ніколи не бачив, як хтось помирає, і коли це сталося, я був шокований. Не тому, що це змусило мене замислитися про власну смертність. Чомусь сама ідея не вкладалась у моїй голові, навіть коли я бачив, як помирають мої однолітки. На мені був білий халат, на них — лікарняний одяг. Я навіть не міг уявити, щоб було навпаки. Проте я міг уявити свою сім'ю на їхньому місці. Я бачив, як члени моєї родини — дружина, батьки, мої діти — проходять через серйозні, небезпечні для життя захворювання. Навіть у найгірших випадках медицина завжди рятувала їх. Ось чому для мене було шоком побачити, що медицина не рятує людей. Теоретично я усвідомлював, що мої пацієнти можуть померти, але кожен реальний випадок здавався невідповідністю, ніби правила, за якими, як я вважав, ми граємо, були порушені. Я не знаю, що то була за гра, але в ній ми завжди були переможцями.

Умирання і смерть постають перед кожним новим лікарем і медсестрою. Попервах деякі плачуть... Хтось замикається в собі... Дехто майже нічого не помічає... Коли я побачив свої перші смерті, то був надто стриманим, щоб плакати. Проте вони мені снилися. Мене переслідували постійні жахіття, у яких я знаходив тіла моїх пацієнтів у себе вдома — у власному ліжку.

— Як він тут опинився? — панікував я.

Я усвідомлював, що матиму жахливі неприємності, можливо, проблеми із законом, якщо не доправлю тіло назад до лікарні. Я силкувався підняти його в багажник своєї машини, але воно було надто важким. Або я клав його туди, та помічав, що кров просочує багажник, ніби мазут, доки не заповнить його. Або ж мені таки вдавалося доправити тіло до лікарні та посадити його у візок, який я штовхав коридорами і не міг знайти потрібну палату. «Гей!» — чув я чийсь вигук, і мене починали переслідувати. Я прокидався в темряві поруч із дружиною, в холодному поту, серце моє калатало. Я відчував, що вбив цих людей. Я програв.

Звісно, смерть — це не програш. Смерть — це нормально. Смерть може бути ворогом, але водночас вона природна. Я абстрактно усвідомлював ці істини, та не усвідомлював їх конкретно — що вони могли бути істинними не для всього людства, а для якоїсь окремої людини, за яку я відповідав.

Нині покійний хірург Шервін Нуланд у своїй відомій книзі «Як ми помираємо» із жалем писав: «Необхідність остаточної перемоги природи була очікуваною та прийнятною для попередніх поколінь. Лікарі набагато більше були готові розпізнавати ознаки поразки і були менш зухвалі щодо їх заперечення». Але тепер, коли я жону злітною смугою ХХІ століття, навчений використовувати вражаючий арсенал технологій, мені цікаво, що насправді означає «бути менш зухвалим».

Ви стаєте лікарем заради того, у чому вбачаєте задоволення від роботи, яке виявляється у задоволенні від компетентності. Оце глибинне задоволення схоже на відчуття теслі, який реставрує ветхий старовинний комод, чи вчителя природничих наук, який підводить п'ятикласника до того раптового пізнання природи атомів, що перевертає свідомість. Частково це задоволення настає, коли ви корисні іншим. Та зазвичай воно приходить від технічного вміння і спроможності вирішити складні, заплутані проблеми. Ваша компетентність дає вам непохитне відчуття самотутності. Тому для клініциста немає нічого більш небезпечного для самооцінки, ніж пацієнт із проблемою, яку ти не в змозі вирішити.

Нікуди не втечеш від суворої правди життя — всі ми старіємо від дня народження. Кожен має прийняти й усвідомити цей факт. Мої померлі та вмираючі пацієнти більше не приходять до мене уві сні. Проте це не те саме, що стверджувати, ніби хтось знає, як подолати невиліковну хворобу. Моя професія здобула суспільне визнання через можливість виліковувати. Якщо ваша проблема виліковна, ми знаємо, що робити. Та раптом вона не є такою? Той факт, що ми не маємо адекватної відповіді на це питання, непокоїть і призводить до жорстокості, нелюдяності та надзвичайних страждань.

Експерименту з перетворення смерті на медичний досвід лише декілька десятиліть. Він молодий. І очевидно, що він знає краху.

Ця книга про сучасний досвід вмирання: про те, що означає бути створіннями, які старіють і вмирають, про те, як медицина змінила цей досвід і як не змінила, про те, чи йдуть наші уявлення про власну смертність урозріз із реальністю. Після того як я пропрацював десять років у хірургії та досяг середнього віку,

## БУТИ СМЕРТНИМ

то усвідомив, що ані я, ані мої пацієнти не вважаємо наше теперішнє становище задовільним. Також я не зміг зрозуміти, якими мають бути відповіді та навіть чи можливі якісь адекватні відповіді. У мене є письменницьке й наукове переконання, що зриваючи покрови, прискіпливо досліджуючи питання, людина може осмислити, що їй найбільше бентежить, є найбільш незрозумілим чи найбільше засмучує.

Вам не треба проводити багато часу з людьми похилого віку або зі смертельними захворюваннями, щоб побачити, наскільки часто медицина втрачає людей, яким має допомагати. Останні дні нашого життя віддані на лікування, яке псує нам розум і виснажує тіла заради шансу на одужання. Ці дні минають у спеціальних установах — будинках престарілих чи відділеннях реанімації, де регламентований безликий режим відрізає нас від усіх важливих речей нашого життя. Наше небажання чесно подивитися на досвід старіння і вмирання збільшило шкоду, яку ми завдаємо людям, і відмовило їм в елементарних благах життя, яких вони найбільше потребують. Не маючи цілісного погляду на те, як люди могли б успішно дійти до самого кінця, ми дозволили, аби наші долі залежали від вказівок медицини, технічних засобів і сторонніх людей.

Я написав цю книгу, сподіваючись зрозуміти, що сталося. Смертність може бути підступною темою. Хтось буде стривожений оглядом книжки про неминучість згасання і смерті. Для багатьох розмова про це, навіть обережна, збільшує відчуття примарної готовності суспільства принести в жертву своїх хворих і старих. Та раптом хворі й старі вже стають жертвами нашого небажання прийняти невблаганність життєвого циклу? І що як просто перед нашими очима є кращі підходи, які чекають на нашу увагу?

## 1 • *Самостійність*

У дитинстві я ніколи не був свідком серйозних хвороб чи труднощів, пов'язаних із похилим віком. Мої батьки, обоє лікарі, мали міцне здоров'я і гарну фізичну форму. Вони емігрували з Індії й рослили нас із сестрою в маленькому університетському містечку Агенс, що в Огайо, тож мої бабусі й дідусі були далеко. Єдиною людиною похилого віку, яку я регулярно зустрічав, була жінка з нашої вулиці. Вона навчала мене гри на піаніно, коли я вчився у середній школі. Пізніше вона захворіла і мала поїхати, але мені навіть не спадало на думку замислитися, куди вона подалася і що з нею сталося. Досвід сучасної старості був поза межами мого сприйняття.

У коледжі я почав зустрічатися з дівчиною зі свого гуртожитку на ім'я Кетлін, і 1985 року під час різдвяного візиту до неї в Александрію, штат Вірджинія, я познайомився з її бабусею Еліс Гобсон, якій тоді було 77 років. Вона справила враження енергійної та самодостатньої людини. Ця жінка ніколи не намагалася приховати свій вік. Її нефарбоване сиве волосся було зачесане прямо, з пробором на один бік, у стилі Бетті Девіс. Її руки вкривали вікові плями, а шкіра була зморшкувата. Виглядала Еліс Гобсон просто — охайно випрасувані блузки та сукні, трохи губної помади і підбори, які інші давно вже вважали недоречними.