

1574330

ЯНІНА ГЛАДКОВА

Час запалювати
СВІТЛО



Це історія сили людського духу та витривалості, розповідь про те, як вийти з важкої ситуації з високо піднятою головою та новими знаннями. У книзі описано реальну історію авторки Яніни Гладкової — активної, життєрадісної дівчини, чие життя аварія розділила на «до» та «після»... Але Яніна не змирилася. Докладаючи щодня неймовірні надзусилля, вона за кілька років змогла повністю відновитися після страшної автомобільної аварії, стати ще сильнішою та щасливішою.

Це історія втрати та відновлення здоров'я, життя в лікарні та бажання навчитися ходити заново. Це думки та відчуття людини в такому стані, коли сила волі та міцність духу виходять на перший план.

Книга буде цікава всім, хто замислюється про сенс буття, бажає досягти більшого, хоче знайти свій шлях, подивитися на життя під іншим кутом, розширити світогляд. Розповідь пронизана теплотою, добрим гумором та життєлюбством. Історія Яніни демонструє, наскільки непохитною є людина, чия воля до життя сильніша за будь-які обставини.

Зміст

Вступ.....8

2016

День, коли життя розділилося на до і після..... 11

Перші дні нового життя. Діагнози..... 18

Психологія..... 28

Перша операція. Підставка для ноута прямо в тілі..... 30

Реабілітація. Початок 34

Друга операція. Фредді Крюгер відпочиває 37

Реабілітація. Спроба номер два 40

Свобода 47

Ой рука, моя рука 51

У мене свій шлях 55

Сюрпризи для лежачого хворого 57

Уколи..... 59

Спроби ходити..... 61

Підтримка..... 66

Підсумки 2016 року..... 70

2017

Я хочу ходити! 71

Девайс 76

Додому! 79

Мій дім. Нові випробування 84

Відчуття комфорту перемогло 94

Поділитися новиною з родиною 95

Прощавай, підставко в тілі.....	97
Бувай, лікарне, на рік	106
На роботу та до міста вперше.....	109
Посттравматичний синдром.....	118
Вперед до відновлення.....	119
Присвячується важливій людині	122
Інтенсивний режим роботи над собою.....	127
Поїздка до рідного міста	131
Історії про відновлення	133
Перша подорож у новому житті	138
Емоційні гойдалки.....	152
Перша НП після лікарні та інші історії осені.....	163
Зима близько	166

2018

Перед останньою операцією.....	170
Назад до лікарні.....	172
Я більше не Робокон.....	175
Новий досвід моєї руки.....	178
Зарано радіти.....	182
Я хочу і буду	185
«Принцеса лікарні»	188
Я не інвалід	189
Досвід чергового випробування.....	191
А що рука?	195
Я бачила, через що плачуть лікарі.....	198
Я змогла.....	200
Боротися з недугою.....	202
Чим хвороба виявилася корисною?	204
Процедури з рукою	206
Усе дуже просто	207

Остання електронейроміографія	208
А якщо повторимо?	210
Рука дає урок.....	212
Тільки не це!	214
Вибір	221

2019

Подяка моєму лікарю.....	224
Моя Надія.....	226
Змінюй ставлення	228
Місто-доля	229
Перший раз.....	236
Мій найкращий друг.....	237
Післямова	239