



ОБЩЕСТВЕННЫЕ
ИНИЦИАТИВЫ
В ПСИХИАТРИИ

Катерина

Луч света в темном царстве

Редколлегия: Ротштейн В.Г. (главный редактор)
Богдан М.Н., Кутинова Н.В., Морозов С.В.

адрес редакции 109029, Москва, ул. Средняя Калитниковская, д.29

4(68) специальный выпуск

Дорогие читатели!

Нынешним летом произошло незаурядное событие: трое участников групп взаимной поддержки посетили гружественную литовскую ассоциацию «Клуб 13 и К». Контакты между общественными организациями пользователей психиатрической помощи очень важны; международные контакты — тем более. Но самое главное заключается в том, что эта поездка от начала до конца была придумана, организована и осуществлена без посторонней помощи.

Источник финансирования (огромная признательность благотворительному фонду «Добрый век»!) ее участники тоже нашли сами.

Очень важно еще и то, что они не просто получили удовольствие от поездки в Литву. Они постарались провести там время с наибольшей пользой, постарались узнать как можно подробнее о работе родственной ассоциации и об организации психиатрической помощи в Литве. Обо всем этом статья Татьяны Беляевой, которой мы посвящаем специальный выпуск «Катерины».

ЛИТОВСКИЙ ДНЕВНИК

Каждый из нас знает, что общение несет в себе большую пользу и большой смысл. Хотя душевное нездоровье часто ведет к тому, что хочется закрыться дома и свести контакты с внешним миром к минимуму, лучше противостоять этому: работать, бывать в компаниях, ездить, знакомиться с новыми людьми (больными и здоровыми), пусть даже чувствуя себя не очень уверенно. Ведь из любого знакомства может вырасти дружба, какие-то совместные планы, идеи, которые в дальнейшем приведут еще к новым знакомствам, новым знаниям, новым впечатлениям, то есть тому, что зовется знанием жизни.

Мне недавно пришлось еще раз убедиться в этом — мы, трое пациентов, участвующих в группах взаимной поддержки — Надежда Стрижак, Александр Цветков и я, Татьяна Беляева, посетили с дружеским визитом «коллег» — организацию пользователей психиатрической помощи «Клуб 13 и Ко», базирующуюся в Вильнюсе. Хотелось бы подробно рассказать о нашей поездке на страницах газеты, так как мы представляли не только себя, но и всех московских пациентов, участвующих в группах, а также потому, что приобрести железнодорожные билеты нам помог фонд «Добрый век» — должны же сотрудники фонда узнать, чем же мы занимались, тем более что контакты с литовской стороной мы планируем продолжить.

Итак, в 2004 году на съезде GAMIAN — международной ассоциации, занимающейся поддержкой душевнобольных, включая защиту их прав, Надежда познакомилась с Дангуоле Сурвилайте — доктором-психиатром и арттерапевтом, руководителем «Клуба 13 и Ко». При том, что при этом знакомстве стороны казались не слишком расположены друг к другу, общих тем для разговора нашлось много, что в дальнейшем подтвердила вторая встреча

Надежды с Дангуоле уже в 2007 году также на съезде GAMIAN. Тогда же, осенью 2007 года, Дангуоле пригласила москвичей приехать в Вильнюс и познакомиться с «Клубом 13» и Литвой поближе (самая главная проблема — с жильем — не вставала, так как «Клубу 13» благодаря Дангуоле разрешают размещать своих гостей в гостинице для врачей при Вильнюсской республиканской психиатрической больнице). Той же осенью в Дублине я познакомилась с Моникой Неманите, литовской пациенткой, секретарем «Клуба 13». Несмотря на то, что весной 2008 года поездка в Литву не состоялась, на съезде GAMIAN в Израиле мы с Моникой и Дангуоле встретились уже как старые знакомые (спасибо также русскому языку как средству межнационального общения) и при прощании уже точно договорились, что будем стараться увидеться в Вильнюсе.

Подумав, что у нас будет не просто увеселительная прогулка, но поездка для обмена опытом, я написала письмо-просьбу в «Добрый век» и правление фонда приняло решение: выделить 28 тысяч рублей на поездку в Вильнюс четырех человек. Правда, решение было принято в декабре, а к лету билеты подорожали и, кроме

того, фонд мог оплатить билеты только по безналичному расчету, что дороже, чем в кассе, так что пришлось ехать вдвоем, а не вчетвером, но мы были рады. Собирались ехать на три-четыре дня и очень удивились, когда литовцы написали нам, что, по их мнению, поездка должна длиться минимум неделю. Вот чем мы были заняты.

Утро 13 июля — у поезда нас встретили пациенты: Моника, Антонас и Йозас, помогли нам с вещами добраться до больницы. Вильнюсская республиканская психиатрическая больница расположена, считается, что в пригороде — местечке Новая Вильня (по-старому Вилейка), но от центра Вильнюса на маршрутке это всего 15 минут езды, так что, по-московским меркам, это и не пригород. В больнице нас встретила медсестра Диана Гаурильчикене и показала, где находится гостиница: две комнаты в одном из корпусов, есть все необходимое, душ, даже кухня (жаль, что она не работала). До 10 утра мы отдохнули, и на это время было назначено собрание клуба.

Собрание проходило в форме чаепития за круглым столом, причем к чаю был подан национальный литовский пирог, напоминающий по виду татарский чак-чак. Кроме нас, Дангуоле, Дианы и Моника, на собрание пришли еще 9 членов клуба — пациентов.

Сначала Дангуоле рассказала об истории организации. Клуб существует с начала 80-х годов, создала его сама Дангуоле, вернувшись со стажировки, проходившей в Кракове и познакомившись с деятельностью аналогичных клубов в Польше. Надежда тогда, что общественная деятельность пациентов уменьшит частоту их повторных госпитализаций. Дангуоле тог-

да работала в 13-м мужском отделении больницы, отсюда и название. Основная деятельность клуба: проведение ежемесячных и годовых собраний, совместные экскурсии, поездки, связь с подобными организациями за рубежом и в Литве, празднование дня психического здоровья, проведение выставок работ пациентов, издание ежеквартального журнала. Кроме того, одно время клуб получал гранты разных благотворительных фондов на осуществление проектов, по которым выполнялся определенный объем работы. Так, было профинансировано исследование, выяснившее положение дел с соблюдением прав психически больных в Литве. Группа членов клуба (получая из гранта небольшую заработную плату) опросила всех пациентов всех стационарных психиатрических учреждений (больниц, интернатов) Литвы (раздавались вопросники), и результаты были использованы министерством здравоохранения республики, доложены во многих властных структурах и опубликованы. Этот проект был самым крупным за всю историю «Клуба 13 и Ко». Сейчас клуб не имеет никаких грантов, от участия в них пока отказались, так как организовать работу пациентов очень сложно, к тому же приходится писать массу отчетов.

Члены клуба платят очень небольшой годовой членский взнос (порядка наших 100 рублей). По литовским законам каждый работающий гражданин может перечислить 2% своего подоходного налога в пользу любой бюджетной или общественной организации, так что небольшое количество денег в клуб поступает и отсюда: хотя члены клуба в основном не работают, они агитируют своих родных и медперсонал перечислить эти деньги. Сейчас в клуб входят порядка 70 человек, среди них только два профессионала: Дангуоле и Диана. Дангуоле уже довольно давно занята в отделении только на четверть ставки (не в 13-м, бывшее 13-е отделение расформировали), основная же ее работа — в специально созданном при больнице отделе биопсихосоциальной психиатрии (в нем же работает и Диана). Задачи отдела: поддерживать связь с выписавшимися больными. Небольшая комната отдела очень хорошо оформлена и, по сути, является помещением «Клуба 13». Важно и то, что теперь Дангуоле «по статусу» хотя бы иногда имеет возможность заниматься делами клуба в рабочее время. Для собраний клуб использует конференц-зал больницы. Также есть доска для объявлений клуба в холле.

Выслушав Дангуоле мы рассказали о себе, о своем участии в группах. После этого член клуба Зина (по возрасту она одна из старших членов) подробно рассказала о работе по гранту по защите прав больных. В целом сейчас в Литве положение дел с правами больных вполне удовлетворительное. Но сама Зина очень хорошо помнит старые времена, когда все было совсем не так. Так, как-то раз через год после того, как Зина выписалась из больницы, за хорошую работу ее наградили турпутевкой в Болгарию. А в диспансере ей доходчиво объяснили, что никуда она не поедет, и Зине пришлось сказать на работе, что у нее нет денег на поездку. Зина до сих пор часто не может сдерживать слез, когда вспоминает об этом.

Снабжение лекарствами в Литве устроено так, что каждому льготнику на год выдается толстая книжка бланков льготных рецептов (по некоторым заболеваниям с полной, по другим — с частичной оплатой). С этой книжкой пациент может идти к любому врачу-психиатру, занимающемуся амбулаторной практикой, в любое учреждение (без всяких заявлений), заполненный врачом рецепт передается в аптеку. Главврач больницы также разрешил Дангуоле иметь небольшой амбулаторный прием, так что члены «Клуба 13» (кто хочет) могут обращаться к ней и как к своему лечащему врачу.

После встречи с клубом Дангуоле провела нас по двум отделениям больницы. О самой больнице нужно сказать, прежде всего то, что она была построена в начале XX века по специальному проекту вместе с больницей им. Алексеева в Москве и Томской областной психиатрической больницы. Сейчас в больнице 600 мест, но занято только 400 коек, средний срок госпитализации составляет 20-25 дней. На одного врача приходится 10-12 больных. При больнице разбит большой старый парк со спортплощадками, довольно ухоженный, хотя цветов в нем не так много. Рядом находится костел (перезвон его часов настраивает всю округу на умиротворенный лад) и стадион. Сплошного забора вокруг больницы нет. У въезда стоит будка, дежурят в ней женщины. Мужчин-охранников нет, прогулочных дворики с сетками тоже нет: группы пациентов здесь гуляют в сопровождении социальных работников.

Больные, если хотят, могут носить свою одежду, запрета лежать днем на койках ни в одном отделении нет. Двери есть во всех палатах (правда, они наполовину застеклены). По сравнению с нашими больницами складывается впечатление, что здесь в отделениях больше тишины и больше воздуха. В отделениях по нескольку холлов, и только в одном из них стоит телевизор, так что у желающих есть возможность «скрыться» от него. Также в каждом отделении есть хорошо оборудованная комната для творческого досуга (рисования, рукоделия), есть и общебольничная «студия» с необходимым оборудованием. Никакой трудотерапии в больнице нет, и самообслуживанием (мытьем полов и посуды) больных не вынуждают заниматься. В процессе капитальный ремонт, уже сменены окна, и фасад приобрел от этого торжественный «викторианский» вид. Денег на то, чтобы из больших палат делать маленькие, нет, но в палатах возводятся частичные перегородки на три четверти высоты стен, все-таки получается больше уюта.

Специального физиотерапевтического отделения и спортзала в больнице нет, да доктор Сурвилайте считает, что они и не нужны: по ее мнению, пациенты в удовлетворительном состоянии, которые могли бы этими службами пользоваться, должны находиться либо дома, либо в реабилитационном центре санаторного типа для долечивания, а больница предназначена исключительно для интенсивного лечения.

Не секрет, что многие больные опасаются под конец жизни оказаться в психоневрологическом интернате, тем более что у большинства из нас нет ни своей семьи,

ни детей. Отсюда интерес к подобным учреждениям, к публикациям про них. Был такой интерес и у нашей маленькой группы, и еще в Москве мы попросили включить посещение обычного литовского пансионата для психохроников в программу поездки. Эта поездка состоялась 14 июля. С утра мы успели посетить художественную студию при больнице, а потом поехали в поселок Прудижкес Вильнюсского района — здесь находится ближайший к Вильнюсу дом-интернат.

Администрация пансионата хорошо знакома с «Клубом 13» со времени работы по гранту по защите прав больных. Нас встретила заместитель директора Галина Юркинене — приветливая молодая женщина в модном белом брючном костюме. Территория пансионата производит очень хорошее впечатление: прекрасный огромный газон, композиции из цветов и валунов (директор пансионата — бывший геолог), добротная усадьба, также утопающая в цветах — жилой дом для персонала и два больших двух и трехэтажных здания — дома для пациентов. Все огорожено низкой проволочной сеткой, калитка широко раскрывается — никакой охраны. Прямо напротив калитки — живописный пруд с пляжем на берегу, также рядом лес. Как сказала Галина, больные могут совершенно свободно покидать территорию, купаться, ловить рыбу — кое-кто даже ездит в Вильнюс (один житель интерната бывает на собраниях «Клуба 13»), правда, по закону недееспособные должны находиться за территорией интерната только в сопровождении социального работника.

Мы прошли с экскурсией по зданиям и узнали, что сейчас в пансионате живут 150 больных, сдана первая очередь нового здания. На то, чтобы достроить вторую очередь и получить еще 150 мест (а также возможность разгрузить старый корпус) все нет средств, хотя работы почти завершены. Есть еще долгострой — на свободной территории стоят бетонные опоры, который хозяева думают со временем приспособить под летнюю веранду. Расширение интерната и строительство начались очень давно. Своим близким окончанием оно целиком обязано новому начальству — директор и Галина пришли сюда работать семь лет назад. Потом на фото мы увидели, как неприглядно все выглядело тогда: облупленная краска, голая дранка, незавершенное строительство, больные, таскающие в руках баки с пищей из одного корпуса в другой. Так что пансионат сегодня — это свидетельство того, как много могут сделать на своем месте неравнодушные люди.

В новом корпусе живут те, кто болен тяжелее и нуждается в большей помощи. Комнаты на 1-3 человека имеют свои санузлы, хорошо меблированы. В палатах для самых тяжелых, лежачих больных чувствуется некоторый больничный запах, но администрация не стесняется их показывать. Запах есть, но нет ничего такого, о чем любят писать журналисты: брошенных, никому не нужных людей. Каждый социальный работник имеет свою группу больных и заботится о них, как о своих родных. Почти все комнаты были пустыми. Их обитателей мы увидели на улице, в уютной беседке и на скамейках. Сюда же вынесены крес-

ла-коляски лежащих. Галина объяснила, что задача работников: чтобы все, кто мог, проводили больше времени на воздухе в хорошую погоду. Жители старого корпуса более самостоятельны, а палаты здесь побольше, оборудование не такое новое, но много удалось сделать в ходе капитального ремонта. Много разнообразных помещений: медицинский блок (есть и гидромассажные ванны), новенький пищеблок, помещение для богослужений, тренажерный зал, художественная студия, музыкальная студия, швейная мастерская, помещение для кружка домоводства (мы попали на занятие, на котором выпекали пирожки с ревенем), прачечная, где можно отдельно постирать свою одежду, если не хочешь отдавать ее в общую стирку, парикмахерская и многое другое. Есть даже бар с оборудованием для кофе- и чаепития, которым «заведует» один из больных, одетый в барменскую форму.

После экскурсии нас окружили жители интерната, и мы общались, девушки подарили Саше Цветкову свои рисунки, предлагали записать их адрес, спрашивали наши адреса — осталась фотография на память. В завершение встречи Галина пригласила нас в административный корпус на обед, причем обед был точно такой, какой в этот день был и у больных, а именно картофельные блины с подливкой — национальное литовское блюдо, исключительно вкусно приготовленное. За обедом Галина и ее секретарь расспрашивали нас и говорили о своих проблемах: к сожалению, в Литве и сегодня очень легко лишиться дееспособности и очень, очень сложно утерянную дееспособность восстановить. Это наследие еще советского времени: заявления о лишении дееспособности подают родственники (бывает, недобросовестные), дело рассматривается судом заочно, и вынесенное решение отменить может только прокурор (который не мотивирован это делать).

Многие пациенты пансионата могли бы жить самостоятельно, если бы родные не лишили их жилья. С другой стороны, те единицы, которые имеют свою собственную жилплощадь, лишены возможности передать ее интернату, и после их смерти деньги, которые могли бы быть использованы на общее благо, просто исчезают. Все необходимое в материальном плане у обитателей дома есть, им бы еще немного любви и внимания со стороны близких, но



Саша Цветков от всех москвичей спел несколько своих песен, и он же в заключение от нас от всех сыграл на бильярде.

последние часто относятся к большим холодно. Они появляются в пансионате лишь затем, чтобы забрать 20% причитающейся их родственнику пенсии и выражают недовольство, когда администрация не позволяет им (ради больных же) это делать.

Вот таким мы увидели литовский интернат. Алчные родственники, к сожалению, будут всегда, и если сложится так судьба, что приведет в казенный дом, хорошо бы, чтобы там встретились такие люди, как Галина и ее сотрудники из Прудышкеса. Тем временем мы вернулись в Вильнюс и не поехали сразу в Новую Вильню, а с Дангуоле и Моникой погуляли по городу: нам показали университет, президентский дворец, ворота Зари (Аушрос), православный монастырь, проспект Гедиминаса.

В среду 15 июля мы познакомились с еще одной общественной организацией — клубом «Аушра» («Заря»), базирующейся в одном из вильнюсских центров психического здоровья. Таких центров в городе 10, и созданы они были уже в постсоветское время — раньше на весь город имелся единственный диспансер при больнице в Новой Вильне, куда все и ездили. Центр, при котором работает «Аушра», расположен в обычной поликлинике Каролинского района и занимает в ней пол-этажа. Нас встретил социальный работник Гедриус Будрейка и рассказал, что в центре четыре врача-психиатра, четыре медсестры, два психолога и четыре социальных работника. Есть «комната занятости пациентов» (как и в других центрах) — со столами, стульями, шкафами, принадлежностями для чаепития, видеоплеером, музыкальным центром, бильярдным столом и велотренажером. Пациенты могут проводить в комнате столько времени, сколько захотят, за порядком следят социальные работники, они же распоряжаются ключами.

Когда открылась комната занятости, в ней стали собираться равнодушные пациенты: началось с чаепитий, потом последовали совместные вылазки на экскурсии, стали также приглашать интересных людей выступить с лекцией. Клуб возник стихийно, решили зарегистрироваться, чтобы иметь возможность получать финансовую помощь (в том числе уже упомянутые выше 2% от подоходного налога). Клуб уже отметил свое пятилетие. Долгое время его возглавлял один из старших пациентов — Эдмундас, но теперь бразды правления в руках у Гедриуса. Эдмундас же показал нам свое творение — прекрасно оформленный фотоальбом клуба — документированную историю.

В числе прочих мероприятий в «Аушре» проводятся еженедельные встречи психологической группы, в нашем понимании — группы взаимной поддержки. В отличие от наших групп на встречах присутствует психолог Ремигиус, но он никому не навязывает свое мнение и вообще стремится, чтобы инициатива исходила от пациентов. Хотя время было утреннее, хозяева устроили для нас чаепитие и угощали национальным литовским очень вкусным вареньем из рябины с морковкой, которое принесла одна участница клуба. Появилась и гитара, и Саша Цветков от всех москвичей спел несколько своих песен, и он же в заключение от нас от всех сыграл на бильярде.

Нас же ждала дальнейшая программа — к нам присоединилась группа «Клуба 13» и Людмила, мама одного из пациентов, провела с нами пешеходную экскурсию по старому Вильнюсу. Мы побывали в кафедральном соборе (на площади перед ним в мостовой есть мозаика: кто встанет на нее, может загадывать желание — и Моника загадала свое желание — всем встретиться в Москве), прошли через парк к костелу Святой Анны, монастырю бернардинцев и оказались в районе Ужупис. Зашли и в знаменитое кафе «Ужупис» рядом с журчащей речкой Вильней. Интересно, что в парке к Дангуоле подошел не очень опрятно одетый человек, протянул ей телефон с разбитым стеклом и попросил помочь набрать номер полиции: у него украли велосипед. Он также сказал, что устроит полиции разнос — ведь он князь Гедиминас, великий князь всей Литвы. Дангуоле объяснила, что этот бродяга известен в Вильнюсе, когда-то он даже был депутатом, а теперь страдает, видимо, парафренией (далеко зашедшей хронической шизофренией). Он не хочет лечиться, и никто не забирает его в больницу, так как опасности он ни для кого не представляет, а имущества (в Литве могут госпитализировать насильственно также, если пациент представляет «непосредственную опасность для своего имущества») давно лишился.

Разговор в кафе постепенно перешел к такому вопросу: можно ли на группах взаимной поддержки разговаривать о религии? Мое мнение: на группе можно разговаривать о чем угодно, в том числе и о религии, и о политике, но в рамках правил: то есть говорить недолго, говорить о собственном опыте, никого не агитировать и не давать оценок. Надежда же, как не исповедующая никакую религию, имеет более жесткое мнение, а именно, что никакие слова о Христе, молитве, покаянии и т.п. на группе произносятся не должны, так как обо всем об этом неверующие участники слышать не хотят. Мнение же Дангуоле — на группе актуальнее обсуждать, как вести себя, чтобы не попадать в больницу, чтобы окружающие не догадывались о том, что ты болен и другие вопросы, непосредственно связанные с болезнью. Вечером нас еще ждал ужин в старом Вильнюсе в семье, все члены которой участвуют в «Клубе 13».



...во дворец решено допустить первые группы посетителей (так что мы оказались в числе счастливиц)

К этому моменту мы уже порядком устали, но на следующий день были запланированы еще две экскурсии. Утром — экскурсия во дворец великих князей. Этот дворец для Вильнюса — примерно то же самое, что и храм Христа Спасителя для Москвы. Дело в том, что еще царское правительство разрушило Нижний замок в старом Вильнюсе, оставив от него только кафедральный собор, одиноко стоящий на просторной (раньше сплошь застроенной и окруженной крепостными стенами) площади. Дворец великих князей — ведущее здание замкового ансамбля, огромное сооружение — был восстановлен на прежнем месте с нуля и символизирует возрождение Литвы как государства. Строительство еще не завершено, разместятся во дворце музей, образовательный и конгресс-центры. Сюда были вложены огромные деньги, тем более что здание не имеет фундамента, а покоится на особых бетонных опорах, не нарушающих археологические слои. Само строительство все эти годы являлось предметом большой политики, и сейчас во дворец решено допустить первые группы посетителей (так что мы оказались в числе счастливиц), чтобы общественность была проинформирована о положении дел.

После экскурсии наш уже ждал микроавтобус Владимира — члена «13 и Ко», и мы отправились на экскурсию и на пикник в Тракай — старую столицу Литвы в двух десятках километров от Вильнюса. Сейчас Тракай — туристический городок, расположенный на берегу системы из пяти озер. На одном из островов находится одна из главных достопримечательностей Литвы — отреставрированный замок великих князей. Другие достопримечательности Тракая — татарская община и община караимов (тех самых караимов, основная масса которых и сегодня живет в Крыму) — представители этих народов служили в великокняжеской охране. Кибины — национальная караимская еда, род пирожков с мясом. По плану Дангуоле после осмотра



На одном из островов находится одна из главных достопримечательностей Литвы — отреставрированный замок великих князей.

замка мы должны были забрать в ресторане эти самые кибины и поехать на пляж — купаться и загорать. Но как раз в четверг весь день шел дождь, так что пикник пришлось перенести на веранду ресторана. Узнав друг друга за прошедшие дни, мы могли разговаривать совсем свободно. Владимир делился впечатлениями о пребывании в московской психиатрической больнице №7, куда он попал во время командировки. Вспоминали также последние поездки в «Клубе 13». Нужно сказать, что «Клуб 13» имеет возможность по очень небольшой цене получать путевки на двухнедельный отдых в реабилитационном центре в Паланге на берегу моря.

В пятницу 17 июля нас повели на уже последнюю экскурсию — в литовский Сейм. Да-да, в литовском парламенте проводятся экскурсии для всех желающих. Гид провела нас по залам, в которых были подписаны важные государственные документы. Была возможность сфотографироваться на трибуне с литовским гербом в том самом зале, где была провозглашена независимость Литвы. Побывали мы и на настоящем заседании Сейма — можно было посидеть на местах для прессы. Кончилась экскурсия в столовой Сейма, славящейся своей кухней и низкими ценами.

Выйдя из Сейма, мы попрощались с Дангуоле, Дианой, Моникой, Антонасом, Йозасом, Зиной и другими теперь уже нашими друзьями. За пять насыщенных дней мы, конечно, устали, но были рады получить столько новых впечатлений. Договорились не забывать друг про друга — хочется думать, что впереди еще новые встречи, новые события.

Субботу мы провели, кто как хочет: Саша, как востоковед по специальности, посетил японскую выставку, Надежда — магазины и археологический музей, а я — Павлинниский лесопарк и в нем местечко Бельмондо. Здесь речка Вильня образует водопад и истари стоит водяная мельница, рядом же — несколько вилл бывшей литовской знати, вокруг которых разбит парк с фонтанами и водопадами. Много народу, много свадебных кортежей, но виды действительно хорошие. В воскресенье Саша с Надей уехали в Москву, а я еще на два дня заехала в Друскининкай — побывать на природе наедине с собой перед тем, как снова окунуться в московскую суету.

Всем рекомендую посетить этот городок, в ландшафт которого органично вписаны река Неман, несколько озер (вокруг них устроен парк) и целые массивы соснового леса. Ландшафт интересен и с географической точки зрения: долина Немана необычно узкая и мелкая для такой большой реки, а в сосняках, в отличие от наших московских, совершенно отсутствует примесь березы. Цена на ночлег в частном секторе — 15 евро за ночь за комнату, хозяин дома Йозас встретил меня прямо на автостанции. Одно плохо — шумно, главная улица Друскининкай очень оживленная, а рядом с домом, где я остановилась, проходило шоссе. Хотя, наверное, мои жалобы на шум имеют своим началом не столько объективную реальность, сколько мою гиперчувствительность. Так что приезжайте в Друскининкай. Я же, если придется еще побывать в Литве, буду искать возможность отдыха не в городе, а где-нибудь на хуторе.

«Катерина» издается благодаря поддержке «Неврологической Клиники на Полянке» и компании Лундбек



Неврологическая Клиника на Полянке

www.neuroclinic.ru

(495) 721-90-01

ул. Б. Полянка, 51а/9

«Неврологическая Клиника на Полянке» — первая в России частная специализированная клиника, занимающаяся заболеваниями нервной системы. Клиника включает в себя дневной стационар и амбулаторно-консультативный центр, в котором ведут прием профессора, доктора и кандидаты медицинских наук — ведущие специалисты России в области психиатрии, психотерапии, психологии и неврологии. К нам обращаются по поводу всех психических и неврологических расстройств, в том числе по поводу любых достаточно длительных нарушений сна, настроения, поведения или самочувствия.

Особенность нашей работы состоит в том, что мы стремимся к партнерским отношениям со своими пациентами. Мы считаем, что каждый из них должен хорошо понимать: чем он болен; каковы особенности течения его болезни и прогноз; какие методы лечения подобных расстройств существуют, и на чем основан наш выбор в данном конкретном случае; как принимать назначенные лекарства и какие побочные эффекты они могут вызывать.

Уважаемые читатели! Редакция информирует, что в 2009 году по причинам организационно-технического характера бюллетень «Катерина» будет выходить один раз в квартал.