

Глава 1

ЖИЗНЬ ЗА ОЦЕПЛЕНИЕМ

Каждый раз за оцеплением кипела совсем другая жизнь. Только делаешь шаг за полосатую красно-белую ленту, и сразу же все становится другим. Пожарные рукава лежат длинными змеями в грязных лужах, которые еще не успел сковать декабрьский мороз, люди в разной униформе, снующие повсюду, работающая техника и тяжелый воздух, наполненный человеческим горем, отработанным топливом генераторов и чьей-то смертью. Людей настолько много, что практически сразу же перестаешь всматриваться в их лица — каждый занят своим делом, и никто, от пожарного до следователя, не обращает внимания на остальных. Только приехавший генерал одного из ведомств отличался от всего происходящего вокруг. Он шел, как наэлектризованный, а вокруг него все суетились мотыльки, пытавшиеся хоть немножко обгореть возле этого светящегося источника. «Тащ генерал» — только доносилось с той стороны, где генерал медленно осматривал место происшествия. О чем он думает в тот момент? Наверное, о чем-то важном, о том, о чем может думать с высоты своего опыта и звания.

Появление генерала меняет весь этот мир за оцеплением. Кажется, даже дизельные генераторы стали работать по-другому и немного тише — приехал генерал. Мороз как будто крепчает, или просто промерзают одежда и обувь. Но, так или иначе, вариантов где-то отогреться или выпить горячего чаю нет никаких по той же причине, по которой стали тише работать генераторы.

Из-под завалов извлекли еще одного погибшего, уже шестого по счету. Мужчина. Нецелый, с частично разрушенным телом. Люди в камуфляже, склонившись над телом, фотографируют, записывают что-то в блокноты, куда-то звонят — все в спешке, и только погибший уже никуда не спешит.

Откуда-то со стороны, весь перемазанный в бетонную пыль и сажу, в оранжевой каске появился знакомый спасатель Виталик. Обрадовался, обнял — не первый раз уже встречаемся за этим самым пресловутым оцеплением. Виталик только что опустился на землю — на тросах спускался с крыши в самое сердце изувеченной, изуродованной многоэтажки, серыми кусками смотрящей в такое же серое небо. Рассказывает, что уцелевшие стены дома качает ветром и работать

**ВСЕ В СПЕШКЕ,
И ТОЛЬКО ПОГИБШИЙ
УЖЕ НИКУДА НЕ СПЕШИТ...**

не очень комфортно. Работать. Тяжелая работа у Виталика. И хоть он только что вернулся со своего участка работы, но уже откуда-то знает, что генерал пять минут назад уехал награждать работающую здесь же

группу специалистов из столицы.

Раз генерал уехал, то можно и чаю хоть выпить, и пуговицу верхнюю расстегнуть на куртке, а то не положено ни то ни другое. Дышать становится легче, и непонятно, от чего именно — от расстегнутой пуговицы или от отъезда генерала. Начальники подразделений, работающих за оцеплением, тоже успокаиваются и перестают истерить и суетиться — тоже люди, и у них, наверное, та же история с пуговицами и чаем. Начальники плавно исчезают куда-то в теплые места и закутки, как перелетные птицы при наступлении осени улетают на свой юг. Наверное, у тех и других это заложено природой. Становится еще тише, и люди в разной униформе продолжают работать. Работы еще на несколько суток.

В среднем работа оперативной группы психологов-спасателей длится несколько суток, двое-трое. Все зависит от масштаба происшествия, от резонанса события, от количества пострадавших и погибших и от того, есть ли в этих сводках слово «дети». Дети — это всегда отягчающий фактор, и когда ты выезжаешь на происшествие, где среди погибших есть дети, понимаешь, что будет тяжело. Понимаешь, что

будет много работы, и знаешь заранее, что опять, вернувшись, будешь долго отходить и восстанавливаться. В психологии существует термин «копинг-стратегия» — то есть алгоритм действий, которые помогают справиться и пережить стресс. Справляются разными способами, самые распространенные из них — хобби, спорт, алкоголь. В процентном соотношении разбивку по этим способам дать не смогу, но много спортсменов, много творческих личностей с интересными увлечениями, но и достаточно алкоголиков. Как говорится — кому что.

**КОГДА СРЕДИ ПОГИБШИХ
ЕСТЬ ДЕТИ — ПОНИМАЕШЬ,
ЧТО БУДЕТ ТЯЖЕЛО.**

После тяжелых выездов я несколько дней просто нахожусь дома, читаю книги, реже — слушаю музыку. Мне помогает. На третий день иду на стадион, но даю организму небольшую нагрузку — физические силы еще не восстановлены, до сих пор ощущаю усталость.

Говоря про жизнь за оцеплением, нельзя не сказать про то, где и чем приходится питаться и когда и на чем приходится спать. Сон — это восстановление, пища — это топливо, поэтому без сна и еды работать не то что трудно, а скорее невозможно. Иногда от коллег можно услышать, что они не спали, не ели целыми сутками, а работы было так много, что даже не успевали сделать рабочие фотографии, но это все неправда и ерунда. Посмотришь: щеки так же висят по бокам, а под глазами нет и близко знаменитых «мешков». Точно: неправда и ерунда.

На протяжении выезда питаешься тем, что не употребляешь в обычной жизни. Все вредное, все, от чего отказываешься там, в мирной жизни, за оцеплением как будто волшебным образом становится вкусным и полезным: газировка, лапша быстрого приготовления, мучное, сладкое — все, что оказалось поблизости и в доступности. В кармане часто лежат сухари или булочки — потому что когда жуешь, то легче справиться со сном.

Сон, как уже говорилось выше, — это восстановление. Спать нужно независимо от того, на каком участке работаешь: пункт временного размещения пострадавших (это обычно школа, общежитие, гостиница), больница или морг. К счастью, мне не приходилось спать в больнице.

Глава 2

КАК «УХОДИТ» ЧЕЛОВЕК

Интересно устроена наша жизнь — размышляю я, когда вижу, как умирает человек. «Уходит». Ты не знаешь, сколько тебе еще жить, но почему-то живешь так, как будто уверен в том, что жить тебе еще миллион лет. Откладываешь важные дела на завтра, занимаешься не своим делом, живешь не своей жизнью и, что нередко, делишь эту не свою жизнь с не своим человеком. Но жизнь одна, и тратить ее по пустякам — это преступление. Можно справедливо назвать это пассивным самоубийством. Кстати, если придется вдруг отговаривать кого-то от намерения совершить суицид, расскажите человеку, что после завершеного самоубийства выглядеть он будет, мягко говоря, не очень — совсем не так, как он красиво нарисовал в своем воображении или как показал на экране какой-нибудь режиссер. С наступлением смерти мышцы организма расслабляются, теряя тонус, и все жидкости выходят наружу. Из всех мест. Поверьте, такой диалог отрезвляет, такой диалог работает.

На курсах по профилактике суицидов мы, психологи, отрабатываем в парах множество упражнений, одно из которых заключается в консультировании условного самоубийцы. Подобие ролевой игры, за которой стоят проработка и тренировка под чутким руководством наставника. Выслушав аргументы условного «суицидента», нужно задать ему прямой вопрос: «Вам настолько плохо, что вы готовы убить себя?» Вопрос простой, но почему-то задать его могут не все. Почему?

Потому что реальность отличается от картинки. Тем более от фильма. В фильме, даже в документальной хронике, мы можем смотреть, как умирает человек, и думать, что в жизни мы точно так же смогли бы легко пережить такое стечение обстоятельств. «Нет, ребята, все не так!» — пел когда-то Владимир Семенович. В реальной жизни человек уходит не так, и уход этот остается с тобой на какое-то время или навсегда.

Гибель человека я видел три раза, и все эти три ухода пока еще со мной. Нет, мне не снятся покойники, меня не беспокоят навязчивые мысли, но я

помню каждый случай. Удивительно, что только один из трех случаев гибели застал меня, когда я был сотрудником ведомства, два других произошли, когда я уже ушел из системы, иначе говоря — уволился из силовой структуры.

Первый случай произошел осенью, в октябре. Погиб работник, который обслуживал здание, где базировалось мое подразделение. Мужчина пилил дерево электрической цепной пилой, в какой-то момент инструмент отскочил и разрезал часть шеи вместе с сонной артерией. Мужчину обнаруживают случайно сотрудники, которые выходят в курилку. Он еще живой, хотя и потерял уже много крови. Тихо хрипит, повторяя одно слово — «помогите». В экстремальной ситуации время бежит быстрее — точнее, меняется наше восприятие окружающей действительности. В какой-то момент я ловлю себя на мысли, что вот сейчас его снимут с дерева, приедет «скорая», зашьют рану — и через время мужчина выйдет на работу, снова все время рассказывать свои пошлые анекдоты и, возможно, будет показывать всем свой новый шрам на шее. Только все выходит по-другому.

Кстати, насчет того, как по учебникам учат с легкостью определять венозную и артериальную кровь: венозная кровь, обогащенная углекислым газом, — темная, а артериальная, наполненная кислородом, — ярко-алая. Это подразумевает особенности наложения жгута выше или ниже раны. Так вот, когда у тебя на руках погибает человек, то провести анализ оттенков цвета вытекающей крови достаточно проблематично. Мысли в голове совсем о другом. Поэтому если затрудняетесь с точностью определить вид кровотечения — смело

**ЖИЗНЬ ОДНА, И ТРАТИТЬ
ЕЕ — ЭТО ПРЕСТУПЛЕНИЕ.**

накладывайте жгут прямо на рану — не ошибетесь, а медики потом разберутся.

Человек умирает буквально на руках. Он словно пытается растегнуть воротник рубашки или ослабить галстук — характерное движение, когда человеку не хватает кислорода, — хотя никакого галстука на нем нет, а от воротника его одежды мало что осталось. Один из наших сотрудников, опытный психотерапевт Павел Анатольевич Долгов, ловко пережимает пальцами поврежденную сонную артерию пострадавшего, как-то найдя ее в рваной ране.

«Скорая» даже не отъезжает, и медики проводят реанимационные мероприятия на месте. Через какое-то время человек в белом халате тихо, на выдохе, произносит короткое слово «всё». Мужчина погибает, его лицо обретает какие-то угловатые черты и становится совершенно неузнаваемым. Мои мысли о том, что приедет «скорая», мужчине зашьют рану и через время он снова выйдет на работу, тоже обретают такие же угловатые черты и тоже погибают. Так погибают человек и мысли о его спасении.

Кто-то приносит коньяк, мы разливаем его каждому в чашку с кофе, но я не могу сделать ни одного глотка. Вроде подношу чашку к губам, но глоток сделать не могу — мешает какой-то ком в горле. Могу говорить, но глоток сделать не могу. Спазм.

Вечером иду домой и думаю о том, как устроена жизнь: утром я беседовал с человеком, а уже днем этот человек погиб у меня на глазах, как мы ни старались его спасти. Иду через дворы соседских домов. Иду, как обычно, все тем же маршрутом, и сам день вроде такой же обычный, как и маршрут через дворы, только вот в этот день погиб человек.

Второй случай гибели человека происходит прямо в черте города, на одной из улиц — банальное ДТП, столкнулись ГАЗель и легковой автомобиль, который значительно превысил скорость и влетел в малотоннажник. Я случайно оказываюсь рядом сразу после столкновения. Водитель ГАЗели, понятное дело, целый, только чуть прихрамывает. Из легкового авто уже достали двух пассажиров, водителя зажало искореженным металлом. Пытаемся оторвать деформированные двери — водитель начинает терять сознание, и его нужно срочно извлекать из машины. Кто-то из прибежавших на помощь отсоединяет аккумулятор

разбитого автомобиля. Кто-то другой, не такой сообразительный, как тот, что отсоединил аккумулятор, решает закурить — кричу на него, чтоб убрал огонь или отошел в сторону. Кстати, при ДТП все время кто-то из подошедших на помощь пытается закурить. Конечно, без злого умысла, скорее, просто на автомате, действуя по привычной схеме: стресс—сигарета. Курение — это тоже копинг-стратегия, но на самом деле неэффективная.

Пока уже человек шесть разрывают кусок металла, который раньше был дверью, чтобы вытащить водителя, я иду к двум пострадавшим — они лежат рядом на асфальте. Первый пострадавший — девушка. Она в сознании, лицо разбито. Задаю характерные вопросы типа «как зовут?» — реагирует, отвечает, просит пить, и кто-то тут же приносит бутылку минеральной воды. Беру на себя роль старшего и запрещаю пострадавшей пить воду — можно только смочить губы. Дело в том, что если дать питье человеку с повреждением органов брюшной полости, то это приведет к летальному исходу, смерти. Я не знаю, повреждены или нет внутренние органы пострадавшего, поэтому, во избежание лишних рисков, запрещаю давать ей питье. Девушка закрывает глаза. Кроме того, что нельзя давать пить, также нельзя давать уснуть — если есть черепно-мозговая травма, то сон может привести к таким же последствиям, как и питье. «Не спим! Не спим!» — похлопал по щекам, девушка открыла глаза. Говорю ей, чтоб потерпела еще чуть-чуть, «скорая» едет, нужно только потерпеть.

Важно: оказывая помощь пострадавшим, первым делом проверьте, вызвал ли кто-нибудь «скорую».

Иду ко второму пострадавшему. Это парень. Я понимаю это только по его одежде, так как лица у него нет. Он лежит и шевелит руками. Пока еще дышит.

Приехали спасатели и две машины «скорой». Одна сразу увезла пострадавшую девушку, во вторую погрузили парня. Машина с парнем осталась стоять на месте — плохой признак. Спасатели оперативно извлекли из груды металла водителя.

Когда я подошел к «скорой», парень уже «ушел». Несколько минут назад он еще шевелил руками в воздухе, когда лежал на асфальте, а еще часом раньше он ехал куда-то по своим делам. Сейчас он уже мертв.

По статистике, 70% смертей при ДТП связаны с неграмотными доврачебными действиями или бездействием очевидцев. Меня всегда удивлял, а часто даже злил тот факт, что если пять-семь очевидцев спешат помочь, то десять-двадцать просто снимают все это на телефон.

Третий случай гибели человека произошел на углу улицы, на которой я живу, когда я шел куда-то по своим делам. Строительные леса установлены вокруг одного из домов уже давно, и я каждый день вижу, как небольшая бригада рабочих делает косметический ремонт

**ПЕРВЫМ ДЕЛОМ ПРОВЕРЬТЕ,
ВЫЗВАЛ ЛИ КТО-НИБУДЬ
«СКОРУЮ».**

здания — восстанавливают старый образ «сталинки». Выхожу из-за угла и первое, что вижу, — лежит человек, раскинув руки на тротуарной плитке, под ним лужа крови — он сорвался со строительных сооружений,

установленных на уровне четвертого этажа. Рядом с пострадавшим сидит мужчина, говорит что-то сквозь слезы, вокруг люди, немного, порядка десяти человек, и все исключительно женщины, остальные либо просто идут мимо, либо снимают человеческое горе на телефон. Непонятно, вызвал ли кто-то «скорую», поэтому звоню сам. Одна из женщин, плача, говорит мне «спасибо». Нахожу пульс у пострадавшего — слабый, понимаю, что парень «уходит». Взгляд его полуоткрытых глаз медленно гаснет, кожа начинает менять цвет. Сердце бьется, дыхание хоть и слабое, но есть, поэтому нужно ждать «скорую», больше человеку никак не поможешь. Если перестанет биться сердце, тогда срочно «качать» — реанимационные мероприятия: непрямой массаж сердца и искусственное дыхание. Соотношение дыхание—компрессия (нажатие выпрямленными руками на область груди) должно быть 2/30. Два вдоха/тридцать компрессий. Почему-то немногие знают и умеют делать комплекс этих мероприятий, предполагая, что эти знания никогда не пригодятся.

Пульс слабый, сердце бьется. Прошу всех отойти от пострадавшего — важно обеспечить доступ кислорода. «Как много крови ты потерял, парень», — думаю про себя я, конечно же, не озвучивая эту мысль вслух. Приехала «скорая», забирают пострадавшего, и я вижу, как лужа крови под ним успела превратиться в какое-то темное желе.

— Скажите, он выживет? — женский голос спрашивает у медика.
— Как там решат. — указав на небо, отвечает седой медработник, похожий на пожилого ангела, после чего быстро садится в машину.

Пострадавший погиб.

Три случая «ухода» человека. Быстро и стремительно, как ты ни бегай и ни суетись вокруг него. Конечно, ты стараешься спасти пострадавшего. Чувствуешь ком напряжения в горле, не сразу замечаешь кровь на своих руках и одежде, но полон до краев какой-то решительности. Когда уже уезжает «скорая», отряхиваешь одежду, вытираешь руки и идешь дальше — туда, куда шел изначально.

Эти три случая гибели — три летальных случая — оставили свой след. Причем как в прямом, так и в переносном смысле. Кровавый отпечаток руки, точный контур ладони, так и остался надолго на том дереве, на котором человек, умирая, повторял слово «помогите». Сейчас не могу сказать точно, сколько месяцев прошло, прежде чем этот след стерло время. На месте смертельного ДТП еще долго будет черное и жирное маслянистое пятно, а помятое ограждение — отбойник — дорожные службы еще не скоро поменяют на новое или не новое, но не такое помятое. Тротуарную плитку, где была лужа темной крови, кто-то просто присыплет сверху песком.

ОБ АВТОРЕ

Автор книги — Артем Коваленко, профессиональный психолог с опытом работы более 12 лет. Магистр психологии. Закончил аспирантуру по специальности «социальная философия». Подготовил к защите диссертацию на тему «Современная семья в условиях социального кризиса России». Аттестованный спасатель, сертифицированный специалист, подтвердивший профессиональную квалификацию для работы в системе психологического обеспечения деятельности лиц опасных профессий.

Принимал участие в оказании экстренной психологической помощи родственникам погибших при терактах в Волгограде (2013 год), аварии на шахте в Донецке (2015 год), крушении «Боинга» в Ростове-на-Дону (2016 год). Выезжал на пожары с погибшими детьми (г. Новошахтинск, ст. Холмская), взрыв бытового газа с частичным обрушением дома в Волгограде, крупные ДТП. Оказывал психологическую помощь беженцам Донецкой и Луганской Народных Республик на приграничной территории Ростовской области (лето 2014 года).

Приказами министра МЧС награжден нагрудными знаками «За заслуги» и «Участник ликвидации последствий ЧС».

ОГЛАВЛЕНИЕ

Глава 1 Жизнь за оцеплением	3
Глава 2. Как «уходит» человек.....	6
Глава 3. Первый выезд	12
Глава 4. Самый трудный случай.....	22
Глава 5. Горячее лето 14-го.....	32
Глава 6. Осторожно, лагерь закрывается!.....	56
Глава 7. Наш подопечный уходит домой	63
Глава 8. Зона боевых действий	70
Глава 9. Срочный выезд через сутки и спасение багажа.....	86
Глава 10 Самолет упал	91
Глава 11. Перемена погоды	99
Глава 12. Мина	105
Глава 13. Погонизация.....	109
Глава 14 Перевод и поворот	116
Глава 15. Реабилитация	127
Глава 16. Инструкция, как спасти свою жизнь (от плохого сценария)	132
Глава 17. Инструкция, как спасти чужую жизнь	148
Послесловие	156
Об авторе	158