

**Lelde Kovaļova**Wednesday at 17:07 · 

Šis noteikti nebūs atbilstošs ieraksts pie simpātiskas fotogrāfijas, bet man tik ļoti gribējās ielikt pie man tik skumjā ieraksta ar laimīgām beigām foto ar cilvēku, kurš man ir palīdzējis iziet cauri ļoti smagam posmam manā dzīvē. (protams-vīram)

Draugi, nekas nav dārgāks par Jūsu veselību, nekad un nekas. Ja Jums ir aizdomas, ka kaut kas nav labi, ejiet pārbaudīties! Nav attaisnojuma to nedarīt! Neaizbildinieties ar to, ka nav laika, sāpes izgaisīs vai notiks brīnums.

Viss sākās ar nevainīgām sāpēm kājā. Drīzāk vieglu diskomfortu. Pēc tam ģimenes ārsta vizīte, kurš pateica, ka pāries. Neirologs, kad sāpes paliek neērtas, kurš izraksta zāles un arī pasaka, ka viss pāries, masieris, kurš pasaka, ka pāries un vēlreiz fizioterapeits, kurš pasaka tikai vienu : "Dārgā, bet Jūs taču nevariet paiet! Steidzami uz rezonansi.

(Paldies **Āgenskalna klīnika** fizioterapeitei



Write a comment...





(Paldies **Āgenskalna klīnika** fizioterapeitei Kristīnei. Fascinējoši, ka šī fizioterapeite man nākošajā dienā uzrakstīja sms ar jautājumu: "Kā Jums gāja?", tik sirsnīgi). Līdz tam es biju rūpīgi klausījusi visus norādījumus, bet palika tikai sliktāk.

Rezonanse biedējoša. Dziļa, dziļa mugurkaula diska trūce. Operācija steidzama. Ja neoperēs dažu dienu laikā, nervs atmirs, kāja neklausīs. Labākajā gadījumā, klibošu visu dzīvi.

Iemesls? Varbūt bērnu pārāk daudz cilāju, varbūt treniņā pārtrenējos bez iesildīšanās, varbūt vienkārši ļoti neveiksmīgi pieliecos. Statistika biedējoša- šīs operācijas bieži taīsa pat 20-30 gadu vecumā.

Divas dienas pirms operācijas es pārstāju vispār staigāt. Neatceros naktis, kad no sāpēm necēlos. Nedēļas es biju dziļā depresijā. Sāpes man atņēma dzīvotprieku, vēlmi kaut ko darīt. Es jutos bezspēcīga un nesapņoju vairs ne par ko citu, kā vienkārši būt veselai. Viss! Bet jāstrādā! Bērnam 3 gadi. Business says, nats sev darba devēis. Kā var



Write a comment...





Lelde's post



būt veselai. Viss! Bet jāstrādā! Bērnāms 3 gadi. Business savs, pats sev darba devējs. Kā var gulēt dienas no vietas? Bet var! Ir jāpasaka sev STOP. Novērtējiet to un rūpējieties par savu veselību, ja ir šaubas par ārsta viedokli, aizejiet pie vēl viena ārsta.

Paldies "Rīgas 1. Slimnīcas ķirurgam, kurš mani steidzami operēja un fantastiskajam medmāsiņu personālam❤️ Mums ir daudz lielisku ārstu. Jau pēc operācijas es varu staigāt un tas ir, pateicoties, brīnišķīgiem ārstiem. Igors Aksiks- @Rigas 1.slimnīca. Un ģimene, draugi- tu to visu TĀ novērtē, kad ir grūti.

Paldies! Saudzējiet sevi. Ja aizdomīgas sāpes nepāriet, meklējiet palīdzību!🌹

Es negribu pieminēt vai rakstīt slikti par vismaz 5 mediķiem, kuri mani nesūtīja ne uz rentģenu, ne rezonansi. Teica, ka pāries, mazāk sportot, mazāk uztraukties. Vienīgi aicinu- uzticieties savai sirdsbalsij, pārbaudieties. Ja ir šaubas- ejiet pie cita ārsta



Write a comment...





sev STOP. Novērtējiet to un rūpējieties par savu veselību, ja ir šaubas par ārsta viedokli, aizejiet pie vēl viena ārsta.

Paldies "Rīgas 1. Slimnīcas ķirurgam, kurš mani steidzami operēja un fantastiskajam medmāsiņu personālam❤️ Mums ir daudz lielisku ārstu. Jau pēc operācijas es varu staigāt un tas ir, pateicoties, brīnišķīgiem ārstiem. Igors Aksiks- @Rigas 1.slimnīca. Un ģimene, draugi- tu to visu TĀ novērtē, kad ir grūti.

Paldies! Saudzējiet sevi. Ja aizdomīgas sāpes nepāriet, meklējiet palīdzību! 🌹

Es negribu pieminēt vai rakstīt slikti par vismaz 5 mediķiem, kuri mani nesūtīja ne uz rentgenu, ne rezonansi. Teica, ka pāries, mazāk sportot, mazāk uztraukties. Vienīgi aicinu- uzticieties savai sirdsbalsij, pārbaudieties. Ja ir šaubas- ejiet pie cita ārsta.

SIA Rīgas 1. slimnīca- PALDIES



Write a comment...

