

«Man ir 3 dzimšanas dienas!»

♥ Indra Ozoliņa

Nemaz neticas, ka šī smaidīgā, dzīvespriecīgā sieviete jau vienpadsmit gadus sadzīvo ar smagu sirds mazspēju un ir piedzīvojusi trīs dzimšanas dienas. INGAI VEINBERGAI ir tikai 37 gadi.

«Esmu dzimusi, augusi un lielāko dzīves daļu pavadījusi Dobelē. Lai gan dzīve mani aizveda uz Ventspili un tur biju vienpadsmit gadus, tagad jau trīs gadus atkal esmu atpakaļ savā dzimtajā pusē.

Man ir dzīvesdraugs Mārtiņš. Savulaik mācījāmies vienā klasē – romantiskas jūtas starp mums uzplauka jau tad, bet pēc vidusskolas katrs aizgājām savu ceļu. Atkal satikāmies klases salidojumā, un izrādījās, ka abi esam brīvi cilvēki. Mārtiņš ir mans draugs, mīļotais un lielais atbalsts. Vēl man ir divas burvīgas meitas. Viviānai ir 17 gadi, bet Artai – 11 gadi. Abas ir mans prieks un lepnums.

Neskatoties uz visu piedzīvoto, esmu laimīgs cilvēks, un, jā, man ir bijušas trīs dzimšanas dienas: pirmā – 6. augustā, otrā – 20. novembrī un trešā – 25. martā. Vēl ceturto es negribētu!» atzīst Inga.

Infarkts pirms dzemdībām

Ingas stiprais stāsts sākās pirms vienpadsmit gadiem. «Biju stāvoklī ar otro meitiņu, un ritēja 32.

grūtniecības nedēļa. Līdz dzemdībām bija palikušas vien pāris nedēļas, kad piedzīvoju miokarda infarktu. Man pēkšņi kļuva slikti, saņņaudza krūtis un muguru,» Inga atceras baisos notikumus. «Tā kā tā bija jau otrā grūtniecība, sapratu, ka sāpes neliecina par dzemdību sākšanos, bet tām ir kāds cits nopietns un nelāgs iemesls. Sākumā mani aizveda uz Ventspils ▶▶

«Lietojot zāles, cilvēks ar sirds mazspēju var pilnvērtīgi dzīvot. Neesmu sliktāka par citiem!»





Ar meitām barojam un apmīlojam zverīnus mini zoo Buki Ventspils novadā.



Ar dzīvesdraugu Mārtiņu Gaiziņkalnā.



Ceļojumā uz Igauniju. Apgrieztā māja.



Ar meitām pie jūras Ventspilī.

slimnīcu, bet jau pēc pāris stundām neatliekamās palīdzības mašīna mani pārveda uz Stradiņa slimnīcu Rīgā. Tur atklājās, ka kāju asinsvados izveidojušies trombi, viens trombs bija iekļuvis sirdī.

Man deva asinis šķidrinošus medikamentus un veica tā saukto fibrināzi – atsūca trombus ar speciālu katetru. Sākot šo procedūru, sirds apstājās, taču mani veiksmīgi atdzīvināja. Un tā 2010. gada 20. novembris kļuva par manu otro dzimšanas dienu.

Pēc asins šķīdinātāju lietošanas bija jāgaida noteikts laiks, kad varēs taisīt ķeizargrieziena operāciju. Meitiņu izņēma ārā burtiski pēdējās minūtēs, jo man sāka noiet zaļi augļūdeņi, ko viņa jau bija sarijusies. Meitiņai galvā bija asinsizplūdumi un cistas. Viņa piedzima ar smagu plaušu karsoni – apmēram pēc nedēļas meitu pārveda uz Bērnu slimnīcu. Ārsti nedeva īpašas cerības, ka es un mazā izdzīvosim, taču viss beidzās labi! Biju dabūjusi arī baktēriju, kas ļoti lipīga zīdaiņiem, tāpēc meitiņu neredzēju gandrīz mēnesi, man blakus bija tikai viņas fotogrāfija.

Gandrīz trīs nedēļas pavadīju reanimācijā – tas bija murgains laiks. Mani nevarēja dabūt uz kājām, bija plaušu karsonis, un vismaz divas nedēļas pati neelpoju. Pirmajās dienās elpoju caur rīklē ievietotu cauruli, bet pēc tam caurulīte tika ievietota kaklā – uz kakla man joprojām ir palikusi rēta. Kad atceros šo laiku, šermuļi skrien pār kauliem. Kādas tik procedūras nepiedzīvoju! No vienas puses, mēģinu to

aizmirst, bet, no otras, – tas arī dod spēku.

Pēc trīs nedēļu gulēšanas reanimācijā man bija atrofējušās kājas, tādēļ kopā ar fizioterapeiti nācās mācīties no jauna staigāt. Saņēmos, jo man bija bērns, kuru vēl nebiju redzējusi, un mājās gaidīja arī otra meita.

Kad aizbraucu pie mazās meitiņas uz Bērnu slimnīcu, viņai jau bija mēnesis un viņu joprojām baroja caur zondi. Atceros, kā pirmo reizi paņēmu viņu rokās. Palikt pie meitas man neļāva, bet, kad otrā dienā atnācu, dakteris teica: «Var redzēt, ka

sindromu – slimību, kurai raksturīga trombu veidošanās dažādos asinsvados, un acīmredzot tas arī bija infarkta iemesls. Turklāt grūtniecība trombu veidošanās risku tikai pastiprina. Atklājās arī, ka šis sindroms man nav iedzimts, bet iegūts, tikai nav zināms – no kā! Iepriekš veselības problēmu man nebija, izņemot dziļo vēnu trombozi kājās kādus divus trīs gadus pirms otrās grūtniecības. Pēkšņi kāja sapampa, kļuva zila un nevarēju to pakustināt. Tolaik tam nepievērsu īpašu

«Kamēr biju reanimācijā, vīrs ar bērniem iesēja tomātus. Tā ka viss turpinās, dzīve iet uz priekšu...»

mamma bijusi pie bērna, mazā ir sākusi ēst!» Pagāja divas trīs dienas, un mēs kopā varējām doties mājās. Paldies Dievam, meitiņai ar veselību viss bija labi. Tagad izaugusi liela, gudra meitene, nav palikušas nekādas sekas. Viņa ir ļoti sportiska – nodarbojas ar zirgu sportu. Zirgi ir visa viņas dzīve.»

Reta diagnoze

«Kad piedzīvoju trombembolisko infarktu, ārsti veica padziļinātu izmeklēšanu, un man atklāja antifosfolipīdu

uzmanību, jo man bija sēdošs darbs, mazkustīgs dzīvesveids, dzēru daudz kafijas, tāpēc visu norakstīju uz šiem faktoriem. Pirms infarkta neviens neiedomājās veikt izmeklējumus un analīzes. Tolaik vēl īpaši nerunāja par reto un neizpētīto antifosfolipīdu sindromu. 2010. gadā, cik zinu, tas Latvijā bija atklāts tikai dažiem cilvēkiem. Manai ģimenes ārstei es biju tikai otrā paciente ar šādu sindromu.

Ginekologs brīnījās, ka es izstaigāju grūtniecības, jo ar antifosfolipīdu sindromu ap trešo grūtniecības mēnesi parasti

esot spontāns aborts. Tas nozīmē, ka liktenis bija lēmis – man ir jābūt bērniem. Agrāk sev bieži uzdevu jautājumu: kāpēc tas notiek tieši ar mani? Bet Dievs jau laikam neuzliek vairāk pārbaudījumu, nekā tu spēj panest. Domāju, ka viss notiek, kā tam ir jānotiek, un ne bez iemesla. Varbūt man bija kaut kas jāsaprot, lai cik skarbi tas arī neizklausītos.»

Viss mainījās

«Kad pēc otrās meitas piedzimšanas atgriezos no slimnīcas, mana pasaule sabruka. Man bija tikai 25 gadi un piešķirta otrās grupas invaliditāte! Nebiju vairs tā, kas iepriekš. Agrāk biju ļoti enerģiska, aktīvi darbojos, man bija grūti nosēdēt mierā. Pēc piedzīvotā sapratu, ka daudz ko vairs nespēju izdarīt, man pietrūkst spēka pat bērnam līdzī paskriet. Sāku krist depresijā, sevi žēlot. Vīrs centās man palīdzēt, kā varēja, bet tad sapurinājos un saņēmos arī pati. Sapratu, ka man ir jāaudzina meitas, jābūt foršai, laimīgai mammai. No rītiem, kamēr bērni vēl gulēja, sāku braukt ar riteni un pamazām jutos arvien labāk...

Iepriekš pilnībā sevi atdevu ģimenei, bet pašu atstāju otrajā plānā. Tagad vairāk sāku domāt par sevi, vairāk rūpēties,

pucēties un baudīt dzīvi, apzinoties, ka manis varēja arī nebūt – tāpēc no dzīves jāņem viss, ko tā piedāvā.

Lai kā brīžiem negribas, ir vajadzīgas kustības, tāpēc ik dienas dodos pastaigās ar suneni Skipiju – viņai ļoti patīk mežā, kur pavadām daudz laika. Braucam pastaigāties arī uz Engures jūrmalu. Visa ģimene kopā un reizēm arī tikai mēs ar Mārtiņu divatā ceļojam pa Latviju, izbaidām skaistas un dažādas maz zināmas vietas – akmens krāvumus, alas. Bijām aizrāvušies arī ar geokečingu. Esmu ideju ģeneratore. Man patīk sagādāt visiem pārsteigumus un iepriecināt jubilejās, par ko pašai ir liels prieks.

Mana sirdslieta ir puķu audzēšana un dārza darbi. Uz visiem svētkiem izveidoju kādu kompozīciju, izpušķoju māju. Mums Jelgavas novadā ir liels dārzs un lauku mājas ar gandrīz 16 hektāriem zemes. Paši audzējam gurķus, tomātus, papriku, zirņus, bietes, zemenes, avenas, baziliku. Esam sastādījuši smiltsērķškus un aronijas. Tagad esmu aizrāvusies ar hortenzijām. Kad vasarā ielieku rokas zemē, uzreiz aizmirstas visas problēmas. Kaut turpat netālu ir šoseja, vakaros laukos ir tik klusi, un varu pabūt ar sevi, savām domām.»

Sargeņģelis mani nosargāja

Inga atklāj, ka pavisam nesen – šā gada pavasarī – viņa ir piedzīvojusi savu trešo dzimšanas dienu: «Regulāri braucu uz pārbaudēm pie kardioloģes Gintas Kamzolas uz Stradiņa slimnīcu. Pēdējā laikā man bija sirds ritma traucējumi. Brīžiem likās, ka sirds sitas pat kaklā – te lēnām, te ātri, šķita, ka tā *klunkurē*, brīžiem uznāca arī reiboņi. Tāpēc man bija paredzēts ievietot sirds defibrilatoru – jau gaidīju zvani, kad man būs jābrauc uz pārbaudēm, bet viss notika citādāk...

Patiesībā no notikušā neko daudz neatceros. Es esot tikai meitām pateikusi, ka ir jāizsauc ātrā palīdzība, un nokritusi zemē. Meitām vairākkārt biju stāstījusi, ka dzeru zāles, kas šķidrina asinis, un ik pa laikam viņām pārprasīju – vai zina, kā izsaukt ātro palīdzību, ja savainojos un man sākas stipra asiņošana vai arī paliek slikti ar sirdi. Lai kā to negribētos, mana veselība ir tāda, kāda ir.

Lielā meita, pēc dabas māksliniece, bija apjukusi, un vadību pārņēma jaunākā māsa. Abas bija ļoti pārbijušās un piedzīvoja smagu traumu, jo redzēja, kā mamma acu priekšā mirst, bet – malacītes, rīkojās un ātro palīdzību izsauca. ▶▶

Inga iesaka arī tev

1. Man ļoti patīk lasīt grāmatas, bet visvairāk laika tam atliek ziemā. Pēdējais mans jaunatklājums ir amerikāņu rakstnieka **Patrika Rotfusa fantāzijas romāni**. Viņu sauc par jauno fantāzijas žanra zvaigzni! Lasot Patrika Rotfusa grāmatas, pilnībā varu aizmirst ikdienas steigu un iegrimt vēsturiskajā fantastikas pasaulē.

2. Madaras Meieres grāmata **21 diena līdz veselīgam dzīvesveidam** man palīdzēja uztvert savu ķermeni kā visvērtīgāko, sakārtot ēšanas paradumus un mīlēt sevi. Tā nav grāmata par radikālām diētām, bet ikdienas ceļvedis, kas palīdz rūpēties par sevi, lai būtu vesels prāts un ķermenis.

3. Par manu izskatu ikdienā palīdz rūpēties **Filorga sejas krēmi**. Francijas zīmols, slavens ar produktiem, kas palēnina novecošanas procesus un novērš esošās ādas nepilnības. Sākumā, cik lasīju, **Filorga** laboratorija ražojusi ādas kopšanas līdzekļus tikai profesionālai lietošanai. Tagad – arī man!

4. Veselībai vajadzīgs prieks, un tam šopavasār kopā ar dzīvesdraugu atklāju kolosālu vietu, kur iegādāties stādus, lai papildinātu savu dārzu ar hortenzijām un citiem košumkrūmiem. Tas ir **Hortenziju dārzs Jelgavā**.

Man droši vien stāvēja klāt sargeņģelis, jo tiku izglābta. Par laimi, ātrās palīdzības mašīna bija atradusies netālu no mūsu mājām. Dakteri vēlāk skaidroja, ka sirds ritma traucējumu dēļ bija apstājusies sirds, un mani deviņas minūtes reanimēja. Paldies mediķu brigādei, kas mani izglāba! Mani aizveda uz Stradiņa slimnīcu un jau nākamajā dienā gatavoja operācijai, lai ievietotu defibrilatoru. Atceros – kad mani ieveda operāciju zālē, sacīju: «Kā es gaidīju šo operāciju!»

Defibrilatora ievietošana notika vietējā narkozē. Pēc operācijas ir palikusi diezgan liela rēta, taču bailes bija lielākas nekā pati operācija. Centos gan sevi noskaņot, ka nevajag baidīties. Aparāts ir diezgan liels. Kad dakteris ar roku tam atbrīvoja vietu, man kļuva nedaudz slikti, nāca ģibonis, bet ārsts visu darīja ātri. Operācija ilga apmēram pusstundu. Cik sapratu, man ielika arī divus vadiņus, kas no aparāta iet uz sirdi.

Tagad jūtos diezgan labi, tikai reizēm sāp un reibst galva. Aparāts nedaudz traucē roku kustības, vēl neesmu pie tā pieradusi. Nākamnedēļ jābrauc to pieregulēt, un pēc tam uz kontroli reizi gadā. Ik pēc apmēram desmit gadiem defibrilators jāmaina. Iedeva sertifikātu, ko uzrādīt lidostā, lai nav jāiet cauri skeneriem. Ir arī citi ierobežojumi, piemēram, nedrīkst tuvu aparātam turēt mobilo telefonu.

Atbraucot mājās, sapratu, ka tagad nedrīkstu iegulties gultā, jo tad vairs nevarēšu piecelties. Pirmās nedēļas man bija

bail palikt vienai, uztraucos, ka atkal kaut kas varētu notikt, bet ģimenes ārste Anita Bergmane mani iedrošināja, ka ar defibrilatoru varu dzīvot mierīgi – ja ar mani kaut kas notiks, aparāts mani izglābs.

Lai gan deviņas minūtes, kamēr mani atdzīvināja, manas smadzenes bija bez skābekļa, šķiet, ka paliekošas sekas tas nav atstājis. Atmiņa man ir tīri laba, tikai ar dažiem *caurumiem*. Daktere skaidroja, ka tas ir normāli, kādu pusgadu varot būt atmiņas traucējumi, bet vēlāk viss normalizēšoties.

«Es ticu, ka arī antifosfolipīdu sindromu kādreiz varēs izārstēt. Pagaidām man katru dienu jādzer asins šķidrīnātāji un jākontrolē, cik asinis ir šķidrās.»

Esmu jau otro reizi augšāmcelusies. Kad atgriezos mājās, palodzes bija pilnas ar tomātu stādiem. Kamēr biju reanimācijā, vīrs ar bērniem iesēja tomātus. Tā ka viss turpinās, dzīve iet uz priekšu... Droši vien esmu vēl šeit, jo man dzīvē vēl kaut kas ir paredzēts. Varbūt mans uzdevums ir darīt laimīgu savu ģimeni un nodzīvot skaistu dzīvi. Kā saka mana draudzene Ieva, kas mani vienmēr atbalsta un uzmundrina, es esmu pelnījusi būt laimīga. Ir jāsmaida. Ko gan citu darīt? Nedrīkst *iesēsties* uz slimību.»

Labie sirds ārsti

«Dzīve mani ir lutinājusi ar labiem dakteriem. Diemžēl par ārstiem vēl pirms gadiem desmit runāja arī sliktu, bet es esmu saskārusies tikai ar atsaucību un laipnību.

Kad man bija infarkts, mani ārstēja kardiologs Aleksandrs Jegorovs. Mums vēl joprojām ir draudzīgas attiecības. Viņš teica – ja man ir slikti, drīkstu zvanīt kaut vai nakts laikā. Pusgadu pēc infarkta dakteris Jegorovs kopā ar profesoru Andreju Ērgli man piedāvāja piedalīties eksperimentālā ārstēšanā ar cilmes šūnām. Visi cerējām, ka tas palīdzēs mazināt rētu sirdī un līdz ar to mazināsies arī sirds mazspēja. Cilmes šūnas tika ņemtas no mana gūžas kaula – tās atdalīja no kaulu smadzenēm un ievadīja vēnā, lai nokļūst tālāk sirdī. Diemžēl tas neko nepalīdzēja...

Defibrilatoru man ievietoja Jānis Ansbērģis. Lielisks dakteris! Viss personāls Kardioloģijas nodaļā Stradiņa slimnīcā ir burvīgs. Tā kā vairums pacientu lielākoties ir gados vecāki cilvēki, sanitāres un māsīņas mani vienmēr sauc par meitiņu.

Regulāri braucu uz vizītēm pie kardioloģes Gintas Kamzolas Stradiņa slimnīcā. Man viņu ieteica kā labu speciālisti, kas ārstē sirds mazspēju, un, pateicoties viņai, tiešām jūtos droša. Atceros, ka man bija izteiktas blaknes no zālēm, kuras dzēru, – pazeminājās asinsspiediens, ļoti reiba galva, nāca ģiboni, naktī ļoti svīdu –, tāpēc daļa zāļu tika atceltas vai samazinātas to devas, tomēr tāpat jutos slikti. Bet, pateicoties dakterei Kamzolai, viss tika sakārtots.»

Bez lielas slodzes

«Man ir hroniska otrās līdz trešās pakāpes sirds mazspēja. Sirdī pēc infarkta palikusi liela rēta kreisā kambara galotnē, un sirds vairs nespēj pilnvērtīgi pumpēt asinis. Kad man piešķīra 2. invaliditātes grupu, skaidroja, ka sirds par 75 procentiem ir zaudējusi savas darbaspējas. Ir dienas, kad jūtos tik sagurusi, ka negribu celties no gultas. Vissmagākās ir piektdienas, kad esmu visu nedēļu strādājusi. Bet, kā smejos, kad izceļu savu miesu no gultas, tad arī diena tiek veiksmīgi pavadīta.

Lietojot zāles, sirds mazspējas slimnieks var pilnvērtīgi dzīvot. Neesmu sliktāka par citiem! Jā, es neceļu un nenesu smagumus, darbojos sava spēka robežās. Arī agrāk mani mājās uzpasēja, bet tagad gandrīz vairs neko neļauj darīt. Meitas un vīrs ļoti uzmana. Man nav piemērota skriešana un liela slodze. Ejot pa trepēm, ir aizdusa – jau uzkāpjot uz savu dzīvokli otrajā stāvā. Kaut kāpju lēnām, tāpat elsoju. Ar riteni mērenā tempā gan varu

«Lai gan potes panesu diezgan smagi, neuzskatu, ka no tām būtu kāds sliktums. Tā tikai pasargāju sevi no vēl smagākas saslimšanas.»

braukt – vasarās kopā ar vīru un jaunāko meitu tā dodamies ekskursijās pa Dobeli un tās apkārtni.

Dzīvē ir bijuši arī ļoti nepatīkami brīži, piemēram, kad mani pieņēma darbā un gandrīz uzreiz atlaida, jo pēc piecām dienām uzzināja, ka man ir 2. invaliditātes grupa. Viņiem nevajagot liekas problēmas! Nu, kā tā var izturēties?! Savām meitām tāpēc mācu, ka nevajag atdarīt ar ļaunu, ja tevi *apbižo*, jo zeme ir apaļa, un viss tāpat nāks atpakaļ.

Tagad man *Dobeles dzirnavniekā* ir brīnišķīgs, ļoti saprotošs un atbalstošs kolektīvs. Pašlaik gan vēl nestrādāju, man ir slimības lapa, un kolēģi gaida, kad būšu pietiekami stipra, lai atgrieztos atpakaļ darbā. Sākumā gan domāju, ka vairs nestrādāšu, jo darbs lielā uzņēmumā ir stressains. Nesen tika ieviesta jauna grāmatveidības programma, viss notiek intensīvā tempā. Taču jūtu, ka man kļūst labāk, un jau domāju par to, kā atsākšu strādāt. Ir jāiet cilvēkos, jāturpina dzīvot, nedrīkst nolaist degunu!»

Visu nevar novelt uz kovidu

«Reizi gadā, bet pēdējā laikā, kad jutos sliktāk, reizi pusgadā braucu uz ehokardiogrāfiju. Kad sākās kovid, vairs nevarēja tik vienkārši tikt uz slimnīcu pārbaudīt sirdi. Februārī es diezgan smagi saslimu ar kovidu. Bija ļoti stiprs klepus, iesnas un liels vājums. Visas trīs ar meitām dzīvojamies pa gultu. Tikai vīrs no kovidā paglābās un nenaslima.

Pieļauju, ka kovidš saasināja sirds slimību, jo martā man strauji kļuva sliktāk, taču nevar visu vainu novelt tikai uz to

vien. Kad biju slimnīcā, dzirdēju daudzus stāstus: tas man no kovidā vai kovidā potes. Lai gan potes panesu diezgan smagi, neuzskatu, ka no tām būtu kāds sliktums. Tā tikai pasargāju sevi no vēl smagākas saslimšanas. Jā, man bija augsta temperatūra, diennakti nogulēju gultā ar stiprām galvas-sāpēm, bet, ja nebūtu vakcinējusies, varbūt būtu saslimusi un nomirusi. Infarkts man savulaik traumēja arī plaušas, tāpēc ļoti jāuzmanās no elpeļu infekcijām.»

Ar zālēm uzmanīgi

«Prieks, ka mūsdienās medicīna ir tik ļoti attīstījusies. Es ceru, ka arī antifosfolipīdu sindromu kādreiz varēs izārstēt. Tagad man katru dienu jādzer zāles, kas šķidrina asins, un regulāri jāveic analīzes, lai kontrolētu, cik asinis ir šķidrās.

Ikdienā man jābūt uzmanīgai, lai nesaivainotos, jo, ja sākas asiņošana, tā ir grūti apturama. Tas jāzina visiem, kas man blakus. Joprojām gan neesmu izdomājusi, kur šo informāciju glabāt, ja, nedod Dievs, notiek avārija vai cits negadījums. Diez vai kāds meklēs zīmīti manā makā?!

Jāatzīst, ka slimošana izmaksā diezgan dārgi. Valsts sirds mazspējas pacientam kompensē vislētākās zāles, kas ne vienmēr ir pašas labākās. Jaunos medikamentus, kuri sevi labi pierādījuši sirds mazspējas ārstēšanā, valsts neapmaksā. Piemēram, zālēm, kuras tagad lietoju pa tabletei reizi dienā, viens iepakojums (30 tabletes) maksā

gandrīz 60 eiro. Pirms diviem gadiem ar kardiologu nolēmām, ka varfarīns, ko lietoju asins šķidrināšanai, bojā kuņģi, tāpēc to aizstāšu ar ksarelto. Būs arī ērtāk, jo nevajadzēs regulāri nodot analīzes! Dzēru šīs zāles trīs mēnešus, un man kļuva ļoti slikti – sāka sāpēt locītavas, nevarēju paiet. Asins analīzes liecināja, ka izteikti pasliktinājušies aknu rādītāji. Mani aizveda uz Infektoloģijas centru meklēt iemeslu, bet neko nevarēja atrast. Citi svinēja Jāņus, bet es gulēju gultā ar sapampušām, zilām kājām, sāpošām locītavām un raudāju. Vairāk nekā pusgadu nomocījos sāpēs, meklējot, kas man kaiš, līdz iedomājos izlasīt par šī medikamenta blakusparādībām. Izrādījās, ka, lietojot šīs zāles, var pampt un sāpēt locītavas, būt palielināti aknu rādītāji! Kā beidzu šīs zāles dzert, pēc nedēļas viss bija labi. Man tās vienkārši nederēja. Tagad, lietojot citas zāles, kuras valsts neapmaksā, jūtos labi.

Ar dzīvesbiedru pamazām mēģinām realizēt savu sapni – pārcelties uz laukiem, kur ir klusums un miers, nevis ikdienas kņada un lielā skriešana. Tur varēšu iziet dārzā pēc pašas izaudzēta tomāta un gūt spēku no dabas.» ♥