

Андрей Ольховский, художник, член Молодежного парламента при окружной Думе, директор автономной некоммерческой организации развития молодежных инициатив «Арт Среда», автор первого в Югре фестиваля уличного искусства «Мосты», узнал, что заболел ковидом, в июне.

Вместе с ним заразилась и его девушка. По словам художника, вдвоем бороться с вирусом не так страшно. Куда хуже остаться на самоизоляции наедине с собой, ведь все, что дозволено во время болезни, это общение онлайн и пакеты с едой у двери.

Почти месяц ребята остаются дома. Вместо прогулок в парке - дозированный свежий воздух из открытой форточки. Вместо запланированных дел на лето - новые идеи, открытия и переосмысления. Обо всем, с чем пришлось столкнуться за это время, о своем отношении к пандемии и вакцинации до случившегося и после Андрей рассказал в интервью «МВ»

**- Ты заболел коронавирусом впервые?**

- Думаю, что в 2020-м я тоже болел ковидом, но в легкой форме. Многие из окружения переболели тогда, кто-то умер. На данный момент у меня подтвержденный диагноз. Говорят, что, возможно, новый штамм. Второй тест спустя 20 дней показал, что вирус все еще в организме, и мы 24-й день сидим дома. Через вре-

# Пока не заболеешь, ЖИТЬ СМЕШНО И ВЕСЕЛО

Но когда хватаешь воздух, а его недостаточно, то как-то не до смеха.

мя будем сдавать третий тест, очень надеюсь, что он будет отрицательный. Состояние нормальное, но говорят, что сейчас большее время после выздоровления вирус остается в организме бессимптомно. Хорошо, что не в отпуске заболели. Дома как-то уютней.

**- Когда и как ты узнал, что это «то самое»?**

- Симптомы были обычные, как простуда. За два дня температура дошла до 39.2, но я ее не чувствовал, так, слегка знобило. Думал, простыл. Потом температуру сбили уколom. Где-то на день пятый или шестой она спала, и сутки ходил с 36.8, а под вечер притупились вкусы и пропали запахи. Тогда мы поняли, что это «корона». Сильного кашля не было, температура все время была 37.2-37.7. Аппетит пропал. Воды очень много пили.

**- После подтверждения диагноза что вы почувствовали?**

- Особенно ничего не изменилось, к этому времени многие уже переболели. Внимательней начали следить за самочувствием, чтобы в случае осложнений обратиться за помощью.

**- Как лечились и насколько затратно лечение?**

- Да, затратно, где-то 8000-10000 рублей у нас ушло на лечение ОРВИ. Потом уже нам выдали таблетки от «короны», и, кроме них, мы ничего не пили. Сейчас дополнительно купили витамины и кое-что

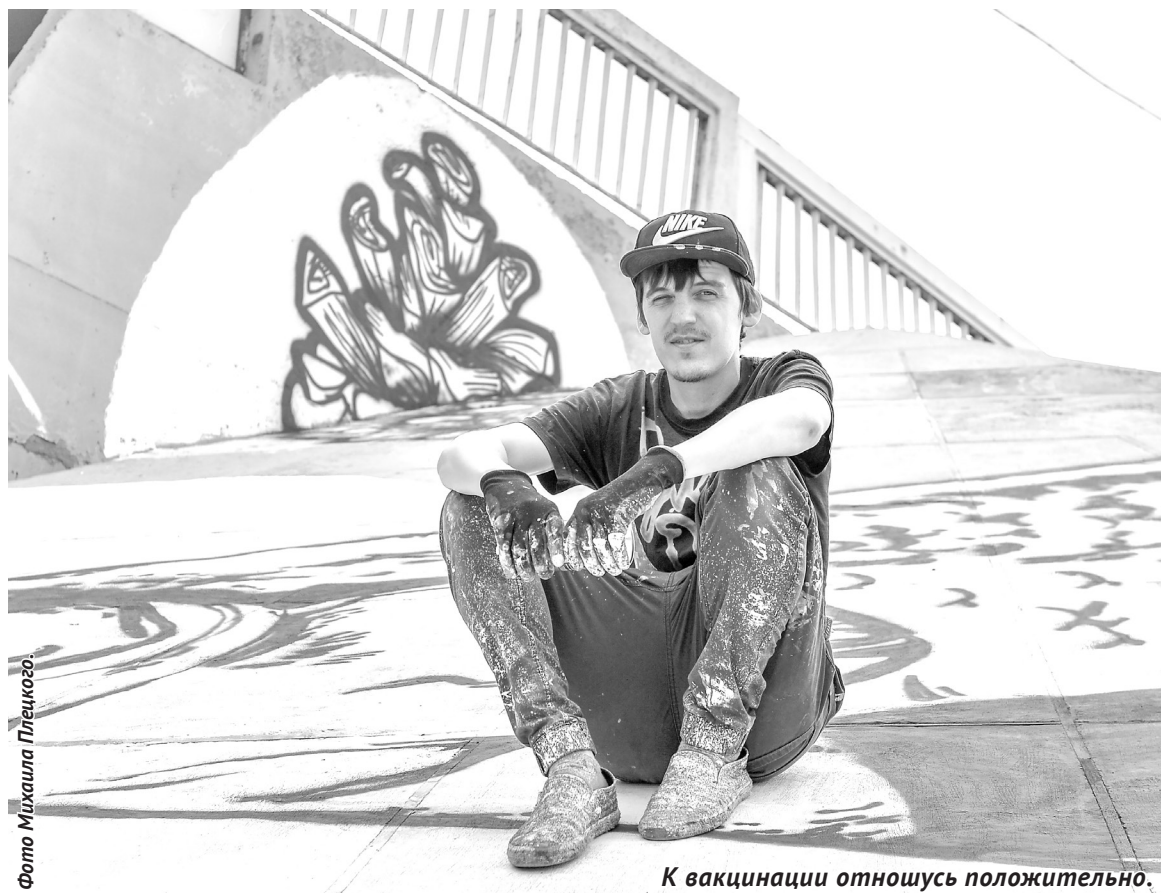


Фото Михаила Плещего

К вакцинации отношусь положительно.

для желудка, сосудов, чтобы постковидные последствия миновать. Это, наверное, еще 2000-4000 рублей.

**- Какие физические ощущения во время болезни вы испытали?**

- Первую неделю температуры и ничем особо не занимались. Потом стало легче, но что-то по работе делать не получалось. Постоянная усталость, и мозги вообще думать не хотели. На третью неделю начали возвращаться вкусы и запахи. Сейчас 85 процентов, наверное, верну-

лось, но все равно изменения восприятия пищи на вкус и запах есть. Главное - не давать волю фантазии, потому что начинаешь надумывать все подряд. А не все так плохо на самом деле.

**- Твое отношение к пандемии, вакцинации, ко всему тому, с чем мы живем уже второй год, как-то изменилось?**

- Да, изменилось. До болезни относился к этому с осторожностью, но как-то все равно на уровне юмора, что ли. Сейчас все немного сложнее. Говорят, вроде мы новый штамм подхватили, только где? Все вокруг здоровые. На моей памяти были разные пандемии, но эта весома. К вакцинации отношусь положительно. Мы просто не успели поставить прививку, все некогда было. Да и мысль о том, что уже переболели, тоже останавливала. Сейчас я точно знаю, что лучше поставлю вакцину, переболею в легкой форме пару дней и получу небольшой иммунитет, чем месяц буду сидеть дома и получать пакет не самых лучших ощущений. Второй раз болеть и попадать в «красную зону» желания нет и никому этого не желаю, хотя у нас легкая

форма ковида, есть случаи и посложнее. Но тут выбор каждого: ставить или нет.

Конечно, пока не заболеешь, говорить на эту тему смешно и весело, но когда начинаешь хватать воздух, а его не хватает, то как-то не до смеха. А еще и последствия после болезни есть, это вообще бесконечная тема для разговоров и мнений. Но я буду ставить прививку после того, как антитела подойдут к определенному уровню. Пока мы всем миром не выработаем массовый иммунитет, буду осторожным. Еще не все фасады разрисовали на земле.

**- Болезнь помешала твоим творческим планам на лето?**

- Мы выпали почти на месяц. Но, как говорится, у бога на каждого свои планы. Две недели вообще ничего не могли делать, ребята из команды помогли по мере возможностей. Сейчас драйв вернулся в организм, и удаленно работаем в полную силу. Как говорится, нет нерешаемых задач, есть не те люди. Мы кое-чему научились и, переосмыслив ценности, покоряем новые вершины. Не наши дела отпали сами собой.

МВ» Кристина Алексеенко.

## » Топ-5 занятий от Андрея Ольховского:



**как на самоизоляции провести время с пользой?**

Громко, конечно, сказано, это не топ, а просто список полезных дел. Но, наверное, так:

- уделить время изучению нового, актуально в вашем бизнесе, деле, работе, хобби;
- по-настоящему отдохнуть от работы и повседневных дел;
- хорошая перезагрузка позволяет скинуть ненужные дела и контакты, которые только время отнимают;
- чаще звонить друзьям и родственникам просто так;
- заняться тем, что вы давно хотели сделать, но откладывали на потом;
- составить свой топ полезных дел.