

BESTSELLER „NEW YORK TIMES”

JILL BOLTE TAYLOR



UDAR I PRZEBUDZENIE

MOJA PODRÓŻ W GŁĄB MÓZGU

G A L A K T Y K A

JILL BOLTE TAYLOR

UDAR
I PRZEBUDZENIE

MOJA PODRÓŻ W GŁĄB MÓZGU

Przekład:
Jacek Żuławnik

G A L A K T Y K A

Tytuł wydania oryginalnego: *My Stroke of Insight*

Copyright © Jill Bolte Taylor, 2006

All rights reserved including the right of reproduction
in whole or in part in any form.

Wszelkie prawa zastrzeżone. Prawo do reprodukcji niniejszej
książki w całości lub w częściach we wszelkich formach zastrzeżone.

This edition published by arrangement with Viking, a member
of Penguin Group (USA) LLC, a Penguin Random House Company.
Niniejsze wydanie opublikowano na podstawie umowy z Viking, członkiem grupy
wydawniczej Penguin Group (USA) LLC, będącym częścią concernu
wydawniczego Penguin Random House Company.

Wydanie polskie © 2015 by Galaktyka sp. z o.o.

90-562 Łódź, ul. Łąkowa 3/5
tel. +42 639 50 18, 639 50 19, tel./fax 639 50 17
e-mail: info@galaktyka.com.pl; sekretariat@galaktyka.com.pl
www.galaktyka.com.pl

ISBN: 978-83-7579-396-3

Konsultacja: *dr n. med. Piotr Miśkiewicz*

Redakcja: *Bogumiła Widła*

Redakcja techniczna: *Marta Sobczak*

Korekta: *Monika Ulatowska*

Redaktor prowadzący: *Marek Janiak*

Projekt okładki: *Ewa Beniak-Haremska*

Skład: *Garamond*

Druk i oprawa: *OPOLGRAF S.A.*

Księgarnia internetowa!!!

Pełna informacja o ofercie, zapowiedziach i planach wydawniczych

Zapraszamy

www.galaktyka.com.pl

kontakt e-mail: info@galaktyka.com.pl; sekretariat@galaktyka.com.pl

Wszelkie prawa zastrzeżone. Bez pisemnej zgody wydawcy książka ta nie może być po-
wielana w częściach, ani w całości. Nie może też być reprodukowana, przechowywana
i przetwarzana z zastosowaniem jakichkolwiek środków elektronicznych, mechanicz-
nych, fotokopiarskich, nagrywających i innych.

*Dedykuję tę książkę G.G.
Dziękuję, Mamo, za to, że
pomogłaś wyleczyć mój umysł.
Bycie twoją córką to pierwszy
i największy dar mojego życia.
Poświęcam również pamięci Nii.
Nie ma to jak miłość szczenięcia.*

Spis treści

	Podziękowania	9
Wstęp	Serce do serca, mózg do mózgu	11
Rozdział I	Moje życie przed udarem	15
Rozdział II	Trochę nauki	23
Rozdział III	Asymetria półkul	40
Rozdział IV	Pierwsze godziny	50
Rozdział V	Organizowanie pomocy	61
Rozdział VI	Powrót spokoju	72
Rozdział VII	To, co najważniejsze	80
Rozdział VIII	Intensywna opieka neurologiczna	91
Rozdział IX	Dzień drugi	99
Rozdział X	Dzień trzeci: przyjeżdża G.G.	105
Rozdział XI	Odzyskiwanie sił i przygotowanie do operacji	112
Rozdział XII	Kraniotomia stereotaktyczna	129
Rozdział XIII	Czego najbardziej potrzebowałam	132
Rozdział XIV	Kamienie milowe rekonwalescencji	146
Rozdział XV	Udar jako olśnienie	156

Rozdział XVI	Umysł prawy, umysł lewy	162
Rozdział XVII	Władza nad myślami	172
Rozdział XVIII	Komórki i wielopłaszczyznowe obwody neuronalne	176
Rozdział XIX	Jak odnaleźć wewnętrzny spokój	187
Rozdział XX	Dbanie o ogródek	204
Zalecenia	Dodatek A	207
	Dodatek B	208
	Indeks	211

Podziękowania

Jestem głęboko wdzięczna tobie, czytelniku, za podzielenie się zawartym w mojej książce przesłaniem z twoją rodziną, przyjaciółmi i najbliższymi osobami. Liczę na to, że moja książka trafi do rąk wszystkich tych, którzy jej potrzebują, ty zaś jesteś pośrednikiem w tej wymianie informacji.

Pragnę podziękować wspaniałym ludziom, którzy przyczynili się do sukcesu *Udaru i przebudzenia*, zwłaszcza mojej menedżerke doktor Katherine Domingo, mojej agentce i prawniczce Ellen Stiefler, a także pracownicy i wielkodusznej ekipie Viking Penguin, a są to: Clare Ferraro, Wendy Wolf, Alessandra Lusardi, Carolyn Coleburn, Louise Braverman, Hal Fessenden, Manisha Chakravarthy i Anna Sternoff. Dziękuję, że pomagacie mi rozpowszechniać tę historię.

Serce do serca, mózg do mózgu

Każdy mózg ma swoją historię. Oto moja. Dziesięć lat temu pracowałam w Harvard Medical School, prowadziłam badania i uczyłam młodych ludzi o zawiłościach ludzkiego mózgu. Rano dziesiątego grudnia 1996 roku sama dostałam nauczkę, wtedy bowiem doznałam rzadkiej formy udaru w lewej półkuli mózgu. Nastąpił rozległy wylew krwi, którego przyczyną była niezdiagnozowana wrodzona wada rozwojowa naczyń krwionośnych w mojej głowie. Przez cztery krótkie godziny oczami zaintrygowanego neuroanatora obserwowałam stopniowe pogarszanie się zdolności mojego mózgu do przetwarzania informacji. Do południa nie potrafiłam już chodzić, mówić, czytać, pisać i przypomnieć sobie wydarzeń ze swojego życia. Leżałam w pozycji embrionalnej i czułam, że mój duch umiera. Nie przypuszczałam, iż kiedyś będę mogła podzielić się z innymi doświadczeniami wyniesionymi z tych przeżyć.

Udar i przebudzenie jest chronologiczną relacją z wyprawy, jakiej się podjęłam – wyprawy do bezkształtnej otchłani milczącego mózgu, tam, gdzie istota mojego jestestwa znalazła ukojenie w głębokim, wewnętrznym spokoju. Przeplatałam w niej wiedzę medyczną z osobistym doświadczeniem i spostrzeżeniami. O ile mi

wiadomo, jest to pierwsza udokumentowana relacja neuroanatom, który odzyskał pełnię zdrowia po rozległym wylewie krwi do mózgu. Niezmiernie się cieszę, że moja historia wreszcie pójdzie w świat, czyli tam, gdzie najbardziej może się przydać.

Przede wszystkim cieszę cię, że żyję, i jestem wdzięczna za czas, jaki został mi dany. Zniosłam mękę powrotu do zdrowia dzięki wsparciu wielu cudownych ludzi, którzy okazali mi bezwarunkową miłość. Podjęłam się trudu napisania książki i wytrwałam w nim za sprawą pewnej młodej kobiety – zrozpaczona skontaktowała się ze mną, bo chciała zrozumieć, dlaczego jej matka, która zmarła wskutek udaru, nie zadzwoniła na pogotowie; a także dzięki pewnemu starszemu panu – dręczył go niepokój, że jego żona, przed śmiercią będąc w śpiączce, bardzo cierpiała. Siedziałam uwiązana do komputera (z moją wierną psiną Nią na kolanach), odpowiadałam licznym opiekunom chorych, którzy zwracali się do mnie, szukając wskazówek i nadziei. Pracowałam z myślą o siedmiuset tysiącach Amerykanów (i ich rodzinach), którzy w tym roku dostaną udaru. Jeśli choć jedna osoba przeczyta rozdział *Pierwsze godziny*, rozpozna u siebie objawy udaru i pójdzie do lekarza – raczej prędzej niż później – będzie to oznaczało, że moja ciężka, dziesięcioletnia praca opłaciła się.

Podzieliłam *Udar i przebudzenie* na cztery części. Z pierwszej – *Moje życie przed udarem* – dowiesz się, kim byłam, zanim mój mózg się wyłączył. Wyjaśniam w niej, dlaczego postanowiłam zostać neuroanatomem, a także opisuję swoją karierę, poszukiwania i zainteresowania. Pracowałam jako neuroanatom na Harvardzie, zasiadałam w zarządzie National Alliance on Mental Illness (NAMI, Krajowe Stowarzyszenie Chorób Umysłowych), jeździłam po kraju jako Singin' Scientist (śpiewający naukowiec). Uzupełniam ten krótki osobisty wstęp porcją prostej

wiedzy naukowej, której celem jest ułatwienie czytelnikowi zrozumienia, jakie procesy zachodziły w moim mózgu tego dnia, gdy dostałam udaru.

Jeżeli zastanawiałeś się kiedyś, jak czuje się człowiek podczas wylewu krwi do mózgu, dowiesz się tego z rozdziału *Pierwsze godziny*. Zabiorę cię w bardzo nietypową podróż, krok po kroku oczami naukowca prześlę stopniowy zanik funkcji kognitywnych mózgu. Opiszę powiększający się krwotok i towarzyszące mu upośledzenie poznawcze. Jako neuroanatom muszę przyznać, że podczas udaru dowiedziałam się o mózgu i jego funkcjach niemal tyle, ile przez wszystkie lata pracy naukowej. Moja świadomość nabrała przekonania o harmonii ze wszechświatem, o jedności z kosmosem. Zrozumiałam, co to znaczy, gdy ktoś jest zdolny do mistycznych czy też metafizycznych doświadczeń – i że ma to związek z anatomiczną mózgu.

Rozdziały opowiadające o rekonwalescencji mogą się okazać nieocenionym źródłem informacji, jeżeli znasz kogoś, kto doznał udaru albo innego rodzaju uszkodzenia mózgu. Opisuję bowiem żmudną drogę, jaką przeszłam, odzyskując sprawność, a także udzielałam ponad pięćdziesięciu wskazówek dotyczących rzeczy niezbędnych do pełnego wyzdrowienia. Dla wygody czytelnika na końcu książki zamieszczam wypunktowane *Zalecenia*. Mam nadzieję, że podzielisz się nimi ze wszystkimi, którym mogą się przydać.

W rozdziale *Udar jako olśnienie* dzielę się spostrzeżeniami na temat tego, czego udar nauczył mnie o mózgu. Do tej pory powinieś się już zorientować, że ta książka tak naprawdę wcale nie jest o udarze. Albo inaczej: że udar okazał się traumatycznym przeżyciem, które otworzyło mi oczy. To książka o pięknie i odporności ludzkiego mózgu, o jego wrodzonej zdolności do zmian, do

adaptacji, a także o jego umiejętności regeneracji. Jest to opowieść o wyprawie do świadomości prawej półkuli, gdzie odnalazłam głęboki, wewnętrzny spokój. Wskrzesałam świadomość swojej lewej półkuli po to, aby pomóc innym ludziom osiągnąć – nie przez udar! – taki sam wewnętrzny spokój. Mam nadzieję, że spodoba ci się ta podróż.

Moje życie przed udarem

Jestem specjalistką w dziedzinie neuroanatomii, mam na koncie wiele publikacji naukowych. Wychowałam się w Terre Haute w Indianie. U jednego z moich starszych braci – różnica wieku między nami wynosi zaledwie półtora roku – wykryto schizofrenię. Wprawdzie oficjalną diagnozę postawiono, dopiero gdy był trzydziestoletnim mężczyzną, ale od wielu lat zdradzał czytelne objawy choroby. W dzieciństwie różniliśmy się od siebie, i to bardzo, w postrzeganiu rzeczywistości i zachowaniu. Ze względu na niego w młodym wieku zafascynowałam się fenomenem ludzkiego mózgu. Zastanawiałam się, jak to możliwe, że mój brat i ja wspólnie czegoś doświadczamy, a jednak zupełnie inaczej to interpretujemy. Różnica w postrzeganiu, przetwarzaniu i wykorzystywaniu informacji dała mi motywację do pracy i dzięki niej zostałam specjalistką w dziedzinie nauki o mózgu.

Pod koniec lat siedemdziesiątych zaczęłam studia licencjackie na Uniwersytecie Indiany w Bloomington. Kontakt z chorym bratem sprawił, że zapragnęłam zrozumieć, jak neurologia definiuje „normalny” mózg. W tamtych czasach neurobiologia była dziedziną na tyle młodą, że na uczelni w Indianie nie istniał poświęcony jej kierunek. Studiując jednocześnie psychologię fizjologiczną i biologię człowieka, udało mi się pozyskać szeroką wiedzę na temat ludzkiego mózgu.

Miałam niebывałe szczęście, że pierwszym poważnym zajęciem, jakie znalazłam w świecie medycyny, była praca technika laboratoryjnego w Terre Haute Center for Medical Education (THCME, Ośrodek Kształcenia Medycznego w Terre Haute), filii Wydziału Medycyny Uniwersytetu Indiany, ale mieszczącym się na kampusie Uniwersytetu Stanu Indiana. Dzieliłam swój czas równo pomiędzy laboratorium anatomii topograficznej a laboratorium neuroanatomii. Przez dwa lata pochłaniałam i zgłębiałam wiedzę medyczną pod kierunkiem doktora Roberta C. Murphy'ego – analiza ludzkiego ciała to było to, co uwielbiałam.

Ominięłam studia magisterskie i kolejne sześć lat spędziłam jako słuchaczka studiów doktoranckich¹ na Wydziale Nauk Przyrodniczych Uniwersytetu Stanu Indiana. Chodziłam przede wszystkim na zajęcia z przedmiotów figurujących w programie nauczania pierwszego roku studiów medycznych, a w badaniach prowadzonych pod okiem doktora Williama J. Andersona specjalizowałam się w neuroanatomii. W 1991 roku obroniłam pracę doktorską i czułam się kompetentna do wykładania anatomii topograficznej człowieka, neuroanatomii człowieka i histologii na poziomie uniwersyteckim.

W 1988 roku, kiedy jeszcze studiowałam i pracowałam w THCME, u mojego brata zdiagnozowano schizofrenię. Z biologicznego punktu widzenia brat jest dla mnie najbliższą osobą. Chciałam zrozumieć, dlaczego ja potrafię przekładać swoje marzenia na rzeczywistość i doprowadzać do ich spełnienia, a on tego nie umie. Dlaczego jego marzenia są niekompatybilne z rzeczywistością i stają się urojeniami? Czym różni się jego mózg od mojego? Zamierzałam skupić się na badaniach nad schizofrenią.

¹ W USA istnieje możliwość ominięcia studiów magisterskich i przejścia od razu do doktoranckich (przytłum.).

Po rozdaniu dyplomów na Uniwersytecie Stanu Indiana skontaktowałam się ze mną Wydział Neurobiologii Harvard Medical School i zaproponował mi prowadzenie badań podoktoranckich. Przez dwa lata pracowałam z doktorem Rogerem Tootellem nad zlokalizowaniem tak zwanego obszaru MT (*middle temporal*), położonego w korze wzrokowej mózgu w części odpowiadającej za śledzenie ruchu. Zainteresowało mnie to przedsięwzięcie, ponieważ u dużej liczby osób chorych na schizofrenię występuje nieprawidłowy ruch gałek ocznych podczas obserwacji poruszających się obiektów. Kiedy w końcu udało nam się anatomicznie ustalić położenie obszaru MT w mózgu człowieka², poszłam za głosem serca i przeniosłam się na Wydział Psychiatrii Harvard Medical School. Moim celem była praca w laboratorium doktor Francine M. Benes w szpitalu McLeana. Doktor Benes jest światowej sławy ekspertką w pośmiertnym badaniu mózgów osób cierpiących na schizofrenię. Liczyłam, że pracując u niej, przyczynię się do poprawy losu ludzi dotkniętych tym zaburzeniem umysłowym.

Kilka dni przed rozpoczęciem pracy w laboratorium szpitala McLeana, razem z Halem, moim tatą, poleciałam na doroczny zjazd NAMI, w 1993 roku odbywający się w Miami. Hal, emerytowany pastor kościoła episkopalnego, posiadacz doktoratu z poradnictwa psychologicznego, zawsze chętnie działał na rzecz sprawiedliwości społecznej. Postanowiliśmy wybrać się na tę konferencję, ponieważ chcieliśmy dowiedzieć się czegoś więcej na temat NAMI i przekonać się, w jaki sposób możemy wesprzeć wysiłki organizacji. NAMI jest największą oddolną inicjatywą nastawioną na poprawę jakości życia osób z poważnymi zaburzeniami umy-

² R.B.H. Tootell i J.B. Taylor, *Anatomical Evidence for MT/V5 and Additional Cortical Visual Areas in Man*, „Cerebral Cortex”, styczeń/luty 1995, s. 39–55.

słowymi. W tamtym czasie do NAMI należało około czterdziestu tysięcy rodzin, w których u jednego lub więcej członków zdiagnozowano chorobę psychiczną. Dziś możemy mówić już o dwustu dwudziestu tysiącach członków. NAMI tworzą komórki: krajowa i liczne stanowe, istnieje również ponad tysiąc sto mniejszych oddziałów, rozrzuconych po całym kraju i działających na poziomie hrabstw oraz miast, które niosą pomoc, oferują wsparcie i edukują rodziny na szczeblu społeczności lokalnych.

Podróż do Miami zmieniła moje życie. Na zjeździe zebrało się ponad tysiąc pięćset osób: chorych, u których stwierdzono ostrą chorobę psychiczną, i zdrowych – rodziców, braci, sióstr, dzieci; wszyscy oni przyjechali, aby omawiać tematy związane z pomocą, kształceniem, orędownictwem i badaniami naukowymi. Nie zdawałam sobie sprawy, jak silny wpływ na moje życie miała choroba brata, dopóki nie spotkałam podobnych osób, również mających rodzeństwo dotknięte zaburzeniem umysłowym. W ciągu kilku dni poznałam mnóstwo ludzi doskonale rozumiejących ból, który poczułam, kiedy dowiedziałam się o schizofrenii brata. Dla nich nasze starania o to, by zapewnić mu jak najlepszą opiekę, były czymś normalnym. Walczyli razem, wypowiadali się jednym głosem przeciwko społecznej niesprawiedliwości i piętnu choroby psychicznej. Ich bronią były programy edukacyjne, przygotowywane zarówno na własne potrzeby, jak i z myślą o szerokiej publiczności, i traktujące o biologicznej naturze zaburzeń. Co ważne, ludzie ci aktywnie wspierali dążenia neurologów do znalezienia lekarstwa. Poczułam, że znalazłam się we właściwym miejscu i czasie. Byłam siostrą chorego na schizofrenię, naukowcem specjalizującym się w neuroanatomii i osobą gotową pomagać osobom takim jak mój brat. W głębi duszy wiedziałam, że nie tylko znalazłam cel uświęcający wszystkie moje wysiłki, lecz także stałam się częścią wielkiej rodziny.

Po powrocie ze zjazdu stawiałam się w szpitalu McLeana entuzjastycznie nastawiona do podjęcia nowej pracy w laboratorium neurobiologii strukturalnej, domeny naukowej doktor Francine Benes. Nosiło mnie z podekscytowania, nie mogłam się doczekać, kiedy wreszcie zacznę badania i będę mogła zgłębiać biologiczne podstawy schizofrenii. Francine, którą obdarzam czułym przydomkiem Królowej Schizofrenii, jest wyjątkową badaczką. Obserwowanie, w jaki sposób rozumuje, bada tropy i wyciąga wnioski z zebranego materiału, było dla mnie czystą przyjemnością. Miałam zaszczyt być świadkiem jej pomysłowości w doświadczeniach, jej wytrwałości, precyzji i sprawności, z jakimi prowadziła laboratorium. Ta praca była spełnieniem moich marzeń. Badanie mózgów osób chorych na schizofrenię dawało mi poczucie celu.

Pierwszego dnia w pracy Francine wytrąciła mnie z równowagi, informując, że sporadyczność, z jaką rodziny zmarłych, którzy cierpieli na choroby umysłowe, decydują się na przekazanie mózgów na cele naukowe, powoduje, iż mamy do czynienia ze stałym niedoborem tkanki mózgowej nadającej się do badania pośmiertnego. Nie mogłam w to uwierzyć. Właśnie spędziłam parę dni na zjeździe NAMI, gdzie były setki rodzin osób, u których stwierdzono zaburzenia psychiczne. Doktor Lew Judd, były dyrektor National Institute of Mental Health (NIMH, Krajowy Instytut Zdrowia Psychicznego), moderował sesję plenarną, podczas której kilku czołowych naukowców zaprezentowało swoje osiągnięcia. Rodziny NAMI lubią się dzielić informacjami na temat badań nad mózgiem, lubią też zapoznawać się z nowościami z interesującego je tematu. Wydawało mi się niepojęte, że brakuje tkanek. Uznałam, iż jest to problem świadomości społecznej. Pomyślałam, że kiedy rodziny NAMI dowiedzą się, iż w laboratoriach istnieje zapotrzebowanie na tkankę mózgową, zaczną

promować przekazywanie mózgow zmarłych na cele naukowe i problem zostanie rozwiązany.

Rok później zostałam wybrana do zarządu krajowego NAMI. To była dla mnie ogromna przyjemność, wielki zaszczyt i równie duża odpowiedzialność, że mogłam służyć tej wspaniałej organizacji. W swoim programie podkreślałam, jak ważne jest przekazywanie mózgow zmarłych na cele naukowe, ponieważ naukowcy pracujący w laboratoriach nieustająco narzekają na niedostatek tkanki mózgowej od pacjentów ze zdiagnozowaną chorobą umysłową. Punkt ten nazwałam *tissue issue* (problem tkanki). W tamtym czasie wiek przeciętnego członka NAMI wynosił sześćdziesiąt siedem lat. Ja miałam zaledwie trzydzieści pięć. Pękałam z dumy, będąc najmłodszą osobą, jaka kiedykolwiek zasiadała w zarządzie tej organizacji. Miałam mnóstwo energii i z niecierpliwością przebierałam nogami.

Korzystając z zajmowanej pozycji we władzach NAMI, zaczęłam promować swoje cele na dorocznych konwencjach stanowych NAMI w całym kraju. Zanim wyruszyłam z tą misją, Harvard Brain Tissue Resource Center (Harwardzkie Centrum Zasobów Tkanki Mózgowej), zwany też Brain Bank (Bank Mózgu), mieszczący się tuż obok laboratorium doktor Benes, rocznie otrzymywał do swojej dyspozycji mniej niż trzy mózgi zmarłych ze stwierdzoną chorobą psychiczną. Francine z ledwością starczało materiału. A co z innymi cenionymi laboratoriami? Dla nich Bank Mózgu nie miał tkanek. Przez kilka miesięcy, w miarę jak zataczałam coraz szersze kręgi, podróżując po kraju i uświadamiając członkom naszej rodziny NAMI konieczność rozwiązania *tissue issue*, liczba donacji zaczęła rosnąć. Dziś laboratoria otrzymują rocznie od dwudziestu pięciu do trzydziestu pięciu mózgow zmarłych osób ze zdiagnozowaną chorobą psychiczną. Oczywiście społeczność naukowa nie pogardziłaby i setką.

Zdawałam sobie sprawę, że na początku moje prezentacje o *tissue issue*, poruszające delikatny temat przekazywania mózgow zmarłych na cele naukowe, u niektórych będą wywoływały poczucie dyskomfortu. Potrafiłam przewidzieć, w którym momencie publiczność uświadomi sobie: „O rany, jej chodzi o mój mózg!”. Mówiłam wtedy: „Tak, zgadza się, dokładnie o to mi chodzi, ale spokojnie, nie spiesz mi się!”. Chcąc choć trochę rozwiać w pełni zrozumiałe obawy moich słuchaczy, skomponowałam piosenkę, a zatytułowałam ją *1-800-BrainBank!*. I zaczęłam podróżować z gitarą jako Singin' Scientist. Kiedy podczas prelekcji zbliżałam się do tematu donacji mózgow i czułam, że napięcie na sali zaczyna rosnąć, sięgałam po gitarę i śpiewałam. Tekst piosenki Banku Mózgu jest na tyle bezpretensjonalny, że skutecznie obniża napięcie, otwiera serca i ułatwia mi dotarcie z przekazem do publiczności.

Działania podejmowane pod szyldem NAMI nadały mojemu życiu głęboki sens, dzięki nim jeszcze bardziej przykładałam się do pracy. Moim najważniejszym projektem w laboratorium doktor Benes było stworzenie wspólnie z Francine protokołu umożliwiającego wizualizację trzech systemów neuroprzekazników w jednej tkance. Neuroprzekazniki to związki chemiczne, za pośrednictwem których komunikują się komórki mózgu. Zadanie było ważne, ponieważ najnowsze nietypowe neuroleptyki komponuje się tak, by oddziaływały nie na jeden, lecz na wiele systemów neuroprzekazników jednocześnie. Możliwość wizualizowania trzech różnych systemów w jednej tkance sprawiła, że mogliśmy lepiej zrozumieć delikatną naturę wzajemnych zależności pomiędzy nimi. Naszym celem było zgłębienie zagadnienia mikrokrążenia w mózgu – które komórki, w których obszarach mózgu, komunikują się z którymi związkami chemicznymi i w jakich ilościach. Im lepiej rozumieliśmy na poziomie komórkowym różnice pomiędzy mózgami osób

ze zdiagnozowanymi ostrymi zaburzeniami psychicznymi a mózgi osób zdrowych, tym większe szanse zyskiwała społeczność medyczna na pomoc chorym poprzez podawanie im odpowiednich leków. Wiosną 1995 roku nasze badania trafiły do „BioTechniques Journal” jako temat numeru, a w 1996 roku zdobyłam prestiżową nagrodę Mysella, przyznaną przez Wydział Psychiatrii Harvard Medical School. Uwielbiałam pracować w laboratorium i uwielbiałam dzielić się owocami tej pracy z rodziną NAMI.

Miałam trzydzieści siedem lat, w życiu osobistym i zawodowym wiodło mi się doskonale. Wtedy wydarzyło się coś nieprawdopodobnego: za jednym zamachem los przekreślił moją dobrze zapowiadającą się karierę i obiecującą przyszłość. Dziesiątego grudnia 1996 roku obudziłam się i wkrótce doszłam do wniosku, że dostałam udaru. Przez kilka godzin obserwowałam u siebie stopniowe pogarszanie się zdolności do przetwarzania bodźców zmysłowych. Wylew uczynił mnie całkowicie niezdolną do życia: nie potrafiłam chodzić, mówić, czytać, pisać, utraciłam wspomnienia.

Wiem, że chciałbyś od razu przeczytać moje wspomnienie z tamtego poranka, kiedy dostałam udaru. Niemniej jednak, aby pomóc ci lepiej zrozumieć, co właściwie zaszło w moim mózgu, postanowiłam, że najpierw w dwóch kolejnych rozdziałach uruczę cię porcją wiedzy medycznej. Spokojnie, bez obaw. Uprościłam wykład i zilustrowałam go kilkoma nieskomplikowanymi rysunkami mózgu, abyś mógł bez trudu zrozumieć zagadnienia anatomiczne leżące u podstaw moich poznawczych, fizycznych i duchowych doświadczeń. Nawet jeśli uznasz, że możesz odpuścić sobie te rozdziały, to i tak w każdej chwili będziesz mógł do nich wrócić i sprawdzić coś, czego nie jesteś pewien. Ale zachęcam cię do lektury dwóch następnych rozdziałów, sądzę bowiem, że w znacznym stopniu ułatwią zrozumienie moich przeżyć.

Ta książka dowodzi, że głęboki wewnętrzny spokój jest na wyciągnięcie ręki

Jill Bolte Taylor – zajmująca się naukowo neuroanatomią trzydziesto- siedmioletnia absolwentka Harvardu – doznała rozległego wylewu krwi do lewej półkuli mózgu. W ciągu niespełna czterech godzin utraciła zdolność chodzenia, mówienia i czytania oraz pamięć.

Udar okazał się dla niej nie tylko traumatycznym, lecz także odkrywczym doświadczeniem. Kiedy lewa, „logiczna” półkula mózgu milkła, pojawiały się błogość i jedność ze światem. W chwilach, gdy Jill odzyskiwała kontakt z uszkodzoną półkulą, odczuwała lęk, dezorientację i świadomość niebezpieczeństwa. Szybko przekonała się, że przechodząc na prawą stronę umysłu, można odnaleźć spokój, na co dzień zagłuszany przez nieustanną gadaninę lewej półkuli. Te doświadczenia uświadomiły jej, jak dużo zależy od nas samych i jak niewiele brakuje nam do prawdziwego szczęścia.

Odzyskanie pełnej sprawności po udarze trwało osiem lat. Opowieść Jill Bolte Taylor stanowi nieocenioną pomoc w powrocie do zdrowia dla osób dotkniętych uszkodzeniem mózgu oraz ich bliskich. Ta książka to również przejmujące i inspirujące świadectwo tego, że spokój jest w każdym z nas, tylko nie zawsze potrafimy do niego dotrzeć.

Z badań naukowych doktor Taylor oraz jej osobistego doświadczenia wynika, że prawa i lewa półkula mózgu mają różne osobowości.

„The New York Times”

Przemiana Jill Bolte Taylor wstrząśnie waszym postrzeganiem świata.

ABC News

Patronat medialny:



www.galaktyka.com.pl

ISBN 978-83-7579-396-3



9 788375 793963

Cena: 34,90 zł (w tym 5% VAT)