

Руски опозициони лидер Алексеј Навалњи рекао је дан након што је отпуштен из болнице, да га очекује дуг период рехабилитације пре него што се врати у нормалан живот, након што је отрован нервним агенсом "новичок".



"План је једноставан: свакодневне посете физиотерапеуту. Можда центар за рехабилитацију... Повратити потпуну контролу над прстима. Одржавати равнотежу", написао је Навалњи на Инстаграму уз фотографију како седи на клупи у парку.

Навалњи наводи да се појавио "низ смешних ствари". "На пример, не могу да бацам лопту левом руком. Могу да ухватим, али не и да бацам. Мозак једноставно не жели да уради тај покрет", објаснио је он, не наводећи где ће ићи на рехабилитацију.

Руски опозициони лидер је навео и да је био "ужасно узнемирен" када су га немачки лекари први пут поставили испред огледала након 24 дана на интензивној нези од којих је 16 дана био у вештачкој коми.

"Али, лекари су наставили да чине чуда. Радио сам са физиотерапеутом, јео, покушавао да више спавам (то је и даље највећи проблем)", додаје он.

Немачка болница је данас саопштила да се стање Навалњог довољно поправило и да је руски опозиционар јуче отпуштен из болнице.

"Дошао је тај дан - ура! После 32 дана боравка у болници, лекари су одлучили да даљи опоравак не захтева болничко лечење, већ нормализацију живота", рекао је Навалњи, додајући да су му лекари саветовали да време проводи са породицом, да чита, пише на друштвеним мрежама и игра видео игре.

Четрдсетчетворогодишњи Навалњи, најистакнутији противник руског председника Владимира Путина пребачен је у Немачку два дана пошто му је позлило 20. августа на домаћем лету у Русији.

[View this post on Instagram](#)

[Первый раз меня подвели к зеркалу, через 24 дня в реанимации \(из которых 16 в коме\). Из зеркала на меня посмотрел персонаж фильма «Властелин колец». И поверьте, это был совсем не эльф. Я ужасно расстроился: подумал, что меня никогда не выпишут. Но врачи продолжали делать своё чудо, я занимался с физиотерапевтом, ел, старался больше спать \(самая большая проблема до сих пор\). Последние дни мне даже уже разрешали выходить на общий балкон 2 раза по 5 минут в день. Правда, от балкона было ещё больше тоски: погода отличная, солнце светит, внизу какие-то парки и деревья, а я в палате. Но вот день пришёл - ура! После 32 дней в госпитале врачи решили, что дальнейшее восстановление требует не стационарного лечения, а нормализации жизни. Ходить, проводить время с семьей. Прогрузиться в рутину ежедневных движений. И вот - хоп - я уже ковыляю по парку в штанах на три размера больше. Первым делом попросил отвезти меня куда-нибудь, где есть деревья. Планы пока простые: физиотерапевт каждый день. Возможно, реабилитационный центр. Стоять на одной ноге. Полностью вернуть контроль над пальцами. Держать баланс.](#)

Забавно, я мечтал научиться ездить на вейк-борде за катером по волне и научился этим летом. А теперь учусь стоять на одной ноге. Всякие смешные штуки обнаружили. Например, я не могу кидать мяч левой рукой. Даже поймать могу, а кинуть - нет. Мозг просто не хочет делать это движение. Или писать от руки. До последнего времени не получалось в строчку. Все время в столбик начинал. Реабилитация, в общем. Ещё раз огромное спасибо всей команде врачей клинике «Шарите» и профессору Экарду лично. Они сделали невероятную работу. Всем вам спасибо за поддержку. Она была и остаётся очень важной. Не думайте, что я не знаю, что пишете. Как только я начал более-менее соображать, мне читали комменты. Буду, кстати, стараться немного больше времени проводить в соцсетях. Вчера приходила нейропсихолог, делала тесты, проверяя, не поглупел ли я. Спрашиваю: чего делать, чтобы быстрее вернуться с точки зрения не только физической, но и головы. Ответ понравился: читайте больше, пишите в соцсети. Играйте в видеоигры. Надо узнать, можно ли получить в больнице рецепт на PS 5.

A post shared by [Алексеј Навалный](#) (@navalny) on Sep 23, 2020 at 2:53am PDT

Немачки стручњаци за хемијско оружје утврдили су да је Навални отрован агенсом "новичок" из совјетске ере, што је подстакло Берлин да тражи од Русије да испита тај случај.

Навални је држан у индукованој коми више од две недеље и лечен је противотровом.

Чланови његовог тима оптужили су Кремљ за умешаност у тровању, а те оптужбе су руски званичници чврсто негирали. Кремљ је љутито реаговао на позиве немачке канцеларке Ангеле Меркел и других личности да одговоре на питања о тровању.

(Бета)