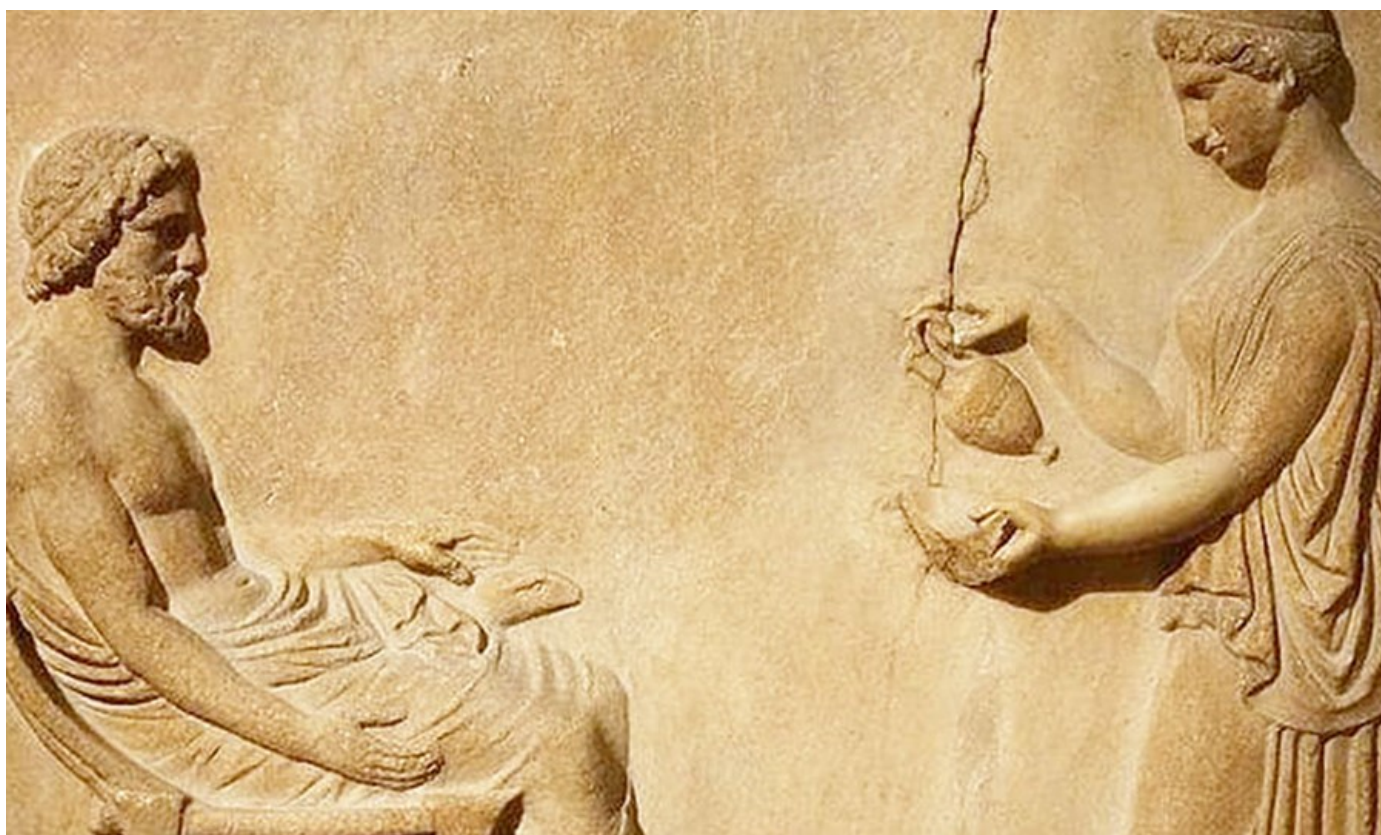


Пять советов от древнегреческих врачей, которым мы можем следовать и сегодня



Медицина изменилась до неузнаваемости за последние 2000 лет. Так почему же нас все еще должно волновать, что древние греки думали о медицине? А потому что древние врачи знали толк в лечении неизлечимых болезней.

Медицина изменилась до неузнаваемости за последние 2000 лет. Так почему же нас все еще должно волновать, что древние греки думали о медицине? А потому что древние врачи знали толк в лечении неизлечимых болезней.

Считается, что древние греки были основателями современной медицины более 2000 лет назад. Но с тех пор наше представление о человеческом теле и о том, как с ним обращаться, изменилось до неузнаваемости. Так какой же смысл изучать древнегреческую медицину сегодня?

Это часть более общего вопроса: зачем изучать медицину в те времена, когда люди еще не знали о микробах, антибиотиках, кровообращении или анестетиках? Хотя теперь у нас есть гораздо более подробная и точная картина медицины, я думаю, что древние греки могут помочь нам осмыслить ряд тем, которые актуальны и сегодня.

1. Новые (старые) методы лечения

Мысль о том, что мы можем обнаружить неизвестную трактовку в забытом трактате, выглядит многообещающей причиной для изучения древних греков. Но это не так просто. Да, возможно, забытое растение, использовавшееся в древнем мире, окажется сегодня основой для нового лекарства. Древняя Греция не была каким-то золотым веком простой и безопасной медицины. Некоторые методы лечения, такие как окуривание матки, были неприятно инвазивными. Другие использовали очень опасные материалы, такие как чемерица.

Однако лекарства не были отправной точкой древней медицины. Они лечили питанием. Диетой в широком смысле всего образа жизни, включая еду, питье, физические упражнения, экскременты и сон. Здоровье рассматривалось как баланс различных жидкостей в организме. Сосредоточенность на диете никогда не была призывом есть сырую пищу, какими бы ни были утверждения современных шарлатанов, использующих имя древнегреческого врача Гиппократ для продажи своих диетических режимов.

Считалось, что состояние пациента зависит не только от баланса его тела, но и от того, как это тело относится к окружающей среде. Сегодня, когда заболевания, связанные с ожирением и психическим здоровьем, отнимают у врачей все больше времени, неудивительно, что медицина все больше и больше обращается к целостному подходу в греческом стиле.

2. Медицина требует доверия

Врачи в древнем мире, как и сегодня, не были членами семьи, поэтому было рискованно подпускать их к своему телу, особенно когда ты не чувствовал себя очень здоровым. В древности, болезнь рассматривалась как потеря самоконтроля и, следовательно, нанесение ущерба мужественности мужчины. Чтобы завоевать доверие пациента, врач должен был убедиться, что его образ соответствует действительности. Сегодня это белый халат. В Древней Греции все сводилось к тому, чтобы носить простую и чистую одежду, избегать сильных духов и никогда не цитировать поэтов у постели больного. Если вы читали какую-нибудь греческую трагедию, то поймете, почему нельзя было читать поэзию. Когда плохо, не радостно слышать: *«Смерть — единственная вода, которая смывает эту грязь»* или *«Один в своей нищете я бы полз, волооча свою жалкую ногу»*. Как врач, вы должны понимать, о чем думают ваши пациенты, и помогать им доверять вам. И только после возникновения доверия, можно было заставить пациента принять лекарство.

3. Процедуры входят в моду и выходят из нее

Медицина — это не какой-то линейный процесс, в котором мы неуклонно движемся к «Истине». У него есть свои взлеты и падения, и новые открытия не всегда приживаются. Вскрытие человека как способ узнать, как работает тело, проводилось в третьем веке до нашей эры, но затем было заброшено на сотни лет. Имея это в виду, мы можем изучить, почему те или иные методы лечения принимаются или сопротивляются.

Римская медицина, кажется, была простым домашним подходом, когда глава семьи собирал и применял лекарства. Когда греческая медицина начала преобладать в Риме, это не было мгновенным успехом: древнего греческого врача в Риме называли «Мясником».

Окончательный триумф греческой медицины состоялся не потому, что она была «лучше». Возможно, это было связано с модной практикой или потому, что она базировалась вне семьи. Или это могло быть связано с тем, что к нему прилагались объяснения, а не полностью полагаться на доверие к авторитету.

4. Религия и медицина

Древняя религия обвиняла простых смертных в том, что они не чтит того, что нужно, должным образом. Древняя медицина также объясняла болезнь с точки зрения того, что человек сделал что-то неправильно, но она указывала не столько на моральные недостатки, сколько на употребление неправильных продуктов или чревоугодие, или на слишком малое количество физических упражнений. Время года, местоположение дома или преобладающий ветер могли сыграть роль в диагностике. То есть, если дом был в сырой местности, у человека могли быть бронхиты и проблемы с дыхательными путями в целом. Если, дом был в пыльной местности, то у него могли быть проблемы с легкими, со зрением и тд. Как только узнавали «почему», могли узнать, что делать, чтобы исцелиться. Древняя медицина предполагает, что возложение вины только на пациента не способ решения вопроса. Это то, что современная медицина только начинает осознать.

5. Мы не знаем ничего

Древние греки думали, что у них есть ответы на все вопросы. И все же, глядя на древнюю медицинскую систему, столь отличную от нашей, но просуществовавшую много столетий, мы учимся тому, что мы никогда не должны принимать что-либо, не подвергая сомнению и не будучи готовыми переосмыслить, если появятся новые доказательства.

При этом древние греки всегда утверждали, что не существует «таблетки от каждой болезни», одинакового лечения болезни независимо от пациента. Древнее лечение было целостным, профилактическим и адаптированным к каждому человеку. Точно так же, благодаря современным генетическим исследованиям, адаптация лекарств к каждому человеку снова стала в центре внимания медицины. Мы можем многому научиться у древних греков. Ибо, теория индивидуального подхода древних греков стала основой зарождения гомеопатии, наилучшего способа лечения от болезней сегодня, как предполагают гомеопаты.