

## **Традиционная китайская медицина: Восток vs Запад**

Использование методов традиционной восточной медицины до сих пор однозначно не признано обществом. Вокруг этих методик ходит немало споров: одни считают их шарлатанством, другие — последней надеждой, когда классическая медицинская наука уже бессильна. В этой статье мы попробуем подробнее разобраться в том, что же представляет собой восточная медицинская традиция, в чем ее отличие от западной медицины и чем это может помочь нам с вами. Клиники китайской традиционной медицины ориентированы на комплексное оздоровление организма, а не на лечение отдельного заболевания.

Западная медицина — это привычные нам лекарства, обследования и процедуры. К восточной медицине относят сложившиеся традиции Китая, Индии, Тибета, Японии и некоторых других стран, которые включают в себя не только информацию о причинах возникновения и методах лечения болезней, но и целую философию.

Сходство между этими двумя направлениями в том, что оба они видят связь между структурой и функцией организма. То есть повреждение структуры (или симптом) — вторично, и воздействовать нужно на причину его появления. Кроме того, обе концепции считают, что необходимо сбалансировать все физиологические процессы в организме, для того чтобы предотвратить возникновение болезни [1].

Есть и различия. Например, в экстренных случаях лучше прибегнуть к классической, западной медицине, включая хирургию и другие средства. Восточная же медицина больше направлена на профилактику и лечение хронических болезней, на восстановление баланса и гармонии между всеми происходящими в организме процессами. Предпочтение отдается натуральным препаратам и методам физиотерапии. Лекарства изготавливают из ингредиентов растительного, животного, а иногда и минерального происхождения. В отличие от современных лекарственных препаратов, которые в подавляющем большинстве синтезируются искусственным путем и могут быть совершенно чужеродны организму человека. Именно эта натуральность и привлекает внимание к восточной медицине [2].

### **Восточная медицина от А до Я**

Тибетскую и китайскую медицину часто путают между собой. На самом деле, это две совершенно разных системы, в основе которых лежат различные принципы, философия и религия [3].

#### **Основы тибетской медицины**

Основная философия тибетской медицины — буддизм. Это учение говорит о неразрывной связи между всеми элементами и органами, телом, духом и энергиями. Изменение этого тонкого баланса приводит к болезни.

Кроме лечебных процедур, тибетская медицина предлагает ритуалы и духовные практики, которые также способствуют излечению от болезней, особенно связанных с духом и сознанием. То есть — на современном языке — для лечения психосоматики и душевных расстройств.

Тибетская медицина переняла некоторые философские концепции и из других культур. Так, из китайской медицины она взяла системы пяти астрологических элементов. Из Аюрведы было заимствовано понятие о трех дошах (в тибетской медицине — ньеспа) [4].

Два основополагающих для тибетской медицины трактата были написаны врачом Ютонг Йондан-гонпо, жившим в 1112–1203 годах н.э. Ему удалось систематизировать все

накопленные к тому моменту знания в четырехтомнике «Чжуд-ши», или «Четыре ветра», и «Юток Ньинтиг» с комментариями к текстам [5].

Позже сложились две исторические школы тибетской медицины — Чжан и Зур, которые впоследствии объединились в одну. Школа Зур считается более последовательной, так как ее основатель — Зуркхар Нямни Дордже — отредактировал оба трактата и многочисленные комментарии к ним, объединил эти практики между собой и структурировал их. Можно сказать, что современная тибетская медицина является результатом его деятельности.

В 12–13 веке медицинская наука из Тибета распространяется на окружающие территории: сначала в Монголию, а потом и в Бурятию, где до сих пор ее практикуют наряду с современной медициной [6].

На Западе первая информация о тибетской медицине появляется в 18 веке. В 20 веке после волны вынужденной эмиграции тибетцев западный мир смог подробнее познакомиться не только с уникальной буддийской культурой, но и с самой тибетской медицинской системой [7].

### **Традиционная китайская медицина**

Китайская медицина — это не только национальная система лечения, но и важная составляющая культуры Китая в целом. Это часть науки о «воспитании жизни», куда также входит диетология, религиозные, психофизиологические практики, различные виды гимнастик. Причем основные подходы не меняются уже практически две с половиной тысячи лет.

В китайской медицине основными являются два положения даосизма: учение об элементах и концепция единства противоположностей. Именно они помогают найти причину заболевания и воздействовать сразу на нее.

Учение об элементах говорит о том, что все органы связаны с определенным элементом. Например, с деревом связаны мышцы, сухожилия, желчный пузырь, ногти и глаза. Их патологии обостряются весной, когда дерево просыпается от зимы. И если выявлено заболевание одного из этих органов, то лечить нужно и все остальные.

Инь и Ян образуют единое целое, переходят одно в другое. Это значит, что в каждом больном есть здоровое начало, которое можно развить [8].

Медицина в Китае развивалась не одну тысячу лет. Одной из основополагающих вех в истории китайской медицины считается создание «Трактата Желтого Императора о внутреннем». Даже сегодня он является классическим текстом, к которому обращаются современные врачи.

Были написаны и другие выдающиеся тексты, такие как: «Канон о каналах», полностью посвященный меридианам Ци, «Трактат о чжень-цзю терапии», рассказывающий об иглоукалывании и моксотерапии, или трактат «Тысяча золотых рецептов», насчитывающий 60 томов [9].

Уже за несколько веков до начала эры в придворном штате официально состояло восемь врачей-хирургов, восемь терапевтов, а также два диетолога и два аптекаря. Эти данные были записаны в книгу «Чжоу ли», которая принадлежит эпохе династии Чжоу, XI–III в до н.э.

На сегодняшний день традиционная китайская медицина распространена далеко за пределами этой страны. Рефлексотерапия как метод лечения признана современной наукой и имеет серьезное патогенетическое обоснование.

### **Методы восточной медицины**

Философская концепция восточной медицины во многом диктует выбор методов диагностики и лечения. При диагностике используется шесть основных направлений: беседа с пациентом, его

осмотр, прощупывание, обоняние запахов, исследование различных шумов и пульса. По ним врач определяет, какие системы организма пациента нуждаются в гармонизации.

Методы лечения в тибетской и китайской медицине имеют как общие, так и специфические черты. В тибетской традиции лечение проводится с помощью лекарств (фитотерапия), изменения питания, образа жизни и методов наружного лечения. Все они используются для восстановления баланса между различными элементами [10].

К наружным методам лечения относят массаж, прижигание (тиб. me-btσα), кровопускание, иглоукалывание, ванны и компрессы. Прижигание и иглоукалывание тибетская медицина заимствовала из китайской традиции без существенного изменения. Поэтому подробнее мы их рассмотрим чуть ниже.

Компрессы [11] могут быть горячими и холодными. Их используют при заболеваниях с избытком холода или жара соответственно. В том числе при различных кровотечениях, интоксикациях, болях, заболеваниях внутренних органов.

Ванны назначают при заболеваниях кожи, мышц и суставов. Они противопоказаны при инфекционных болезнях, беременности, при болезнях сердца. Аналогичные показания и противопоказания есть и у современной бальнеотерапии.

Отдельно стоит сказать про кровопускание. Этим методом успешно лечили многие заболевания, в том числе и острые состояния, такие как: эпилептические приступы, гипертонические кризы, астматические состояния. Кровопускание в небольших объемах использовали для лечения хронических болезней и профилактики [12]. На сегодняшний день исследованиями подтверждена эффективность этого метода при лечении заболеваний дыхательной системы [13], астмы [14], головной боли [15] и других болезней.

Атласы с описанием специальных точек на сосудах, через которые нужно выводить «плохую кровь», сохранились и до наших дней. В них можно найти расположение 77 основных и 13 дополнительных точек, которые расположены на всех частях тела, в том числе на голове, шее и даже в ротовой полости. [16]

Среди методов китайской терапии можно выделить:

**Моксотерапию** — прижигание или прогревание с помощью специального конуса или сигары. Несмотря на пугающее название, эта процедура безболезненная. Нагрев происходит или через специальную пластинку, или в 2 сантиметрах от поверхности кожи.

**Акупунктуру или иглоукалывание.** То есть воздействие тонкими стерильными иглами на определенные точки на теле человека. Акупунктура используется практически при любых заболеваниях, так как позволяет усилить или наоборот замедлить движение энергии по определенным меридианам и влиять на различные органы. На сегодня эффект этого метода доказан в многочисленных исследованиях.

Акупунктура развивалась одновременно с промышленностью. Изначально для этого использовались каменные и костяные иглы. Только с развитием металлургии появилась возможность изготавливать металлические иглы. А после изобретения бумаги стало возможным создавать подробные иллюстрированные атласы с нанесенными на рисунки точками и меридианами.

**Фитотерапию** или лечение травами. Для китайских лекарств характерен сложный состав. Они могут содержать около сотни различных активных соединений, что по-настоящему бросает вызов современной фармацевтической промышленности. Но в подборе этих компонентов и заключается искусство врача китайской медицины.

**Вакуум-терапию** или постановку банок. Внутри сосуда сжигают кислород, что создает пониженное давление. Это позволяет вызывать прилив крови к определенной биологически активной точке и также воздействует на энергетические меридианы.

**Точечный массаж.** Эффект от такого массажа схож с иглоукалыванием. Этот метод позволяет лечить заболевания через активизацию биологически активных точек.

Восточная и западная медицина отличаются по самому своему подходу к диагностике и лечению. Например, осматривая пациента с заболеванием желудка, западный врач получит четкий диагноз, область поражения, его степень. И будет лечить непосредственно само поражение. Врач китайской медицины определит, к какому типу личности относится пациент, является ли его болезнь следствием дисгармонии элементов или чувств, усталости, расстройства питания или изменения сезона. И в результате лечения будет пытаться полностью восстановить баланс организма, а не только вылечить заболевание конкретного органа[17].

При острых состояниях, конечно, есть смысл незамедлительно обратиться в больницу. Но лечением хронических заболеваний и их профилактикой успешно занимается восточная медицина. Методы китайской медицины, которые использовали на протяжении 2–3 тысяч лет, сегодня обретают научную доказательную базу. Как и тогда, они помогают людям — независимо от их убеждений и национальности — восстановить свое здоровье, вернуть утраченную гармонию.

Источники: 1 Леднева И.П. О теоретических основах тибетской медицины // И.П.Леднева / Вестник Бурятского государственного университета. 2011. № 12. С. 14-15. 2,3,4 Нида Ч. Тибетская медицина: философия, духовность и социальная практика // Ч.Нида, И.С.Урбанаева, С.М.Найданова /Вестник Бурятского научного центра Сибирского отделения Российской академии наук. 2012. № 2 (6). С. 109-119. 5,12,16 Тарнуев В.А. Кровопускание в традиционной восточной медицине // В.А.Тарнуев, Г.Т.Намсараева - Улан-Удэ, 1995. 6 Левента А.И. К истории изучения тибетской медицины сотрудниками кафедры фармакологии Иркутского государственного медицинского университета // А.И.Левента /Сибирский медицинский журнал (Иркутск). 2008. Т. 76. № 1. С. 103-105. 7,10 Аюшеева Д.В. Социально-философские аспекты тибетской медицины (в представлении западных исследователей) // Д.В.Аюшеева /Евразийство и мир. 2014. Т. 1. № 4. С. 57-68. 8,17 Гвоздевич В.Д. Китайская традиционная медицина и российская, западная медицины: компаративный анализ теории познания // В.Д.Гвоздевич, Г.Н.Шапошников /Вестник Уральской медицинской академической науки. 2016. № 4. С. 109-116. 9 <http://www.rusmedserver.ru/med/narodn/kitajskajanarodnajamedicina/1.html> 11 <https://econet.ru/articles/65843-5-osnovnyh-nemedikamentoznyh-metodov-lecheniya-tibetskoy-medsiny> 13 Тарнуев В.А. Новая модель адаптации традиционного тибетского кровопускания на примере ранней программы реабилитации хронических обструктивных болезней легких // В.А.Тарнуев, Г.Т.Намсараева, Т.Н.Баглаев / Бюллетень физиологии и патологии дыхания. 2002. № 12. С. 45-47. 14 Тарнуев В.А. Сравнительное изучение динамики показателей иммунного статуса на фоне лечения кровопусканием больных бронхиальной астмой // В.А.Тарнуев, Д.Д.Доржаева, И.Н.Есаулова, О.Ж.Гармаева /Acta Biomedica Scientifica. 2007. № 5. С. 169. 15 Korshnyak V.O. Nonpharmacological treatment of cephalagic syndrome associated with venous discirculation in patients with consequences of craniocerebral injuries // V.O.Korshnyak / Международный неврологический журнал. 2012. № 8 (54). С. 174-178.

**Оригинал статьи:** <https://www.pravda.ru/navigator/traditsionnaja-kitaiskaja-medsina.html>