

Если кто-то построил стену между здоровьем и болезнью, это не значит, что она действительно существует

Яблучанский Н.И., главный редактор Medicus Amicus,
д.м.н., профессор, зав. кафедрой внутренней медицины Харьковского
национального университета им. В.Н. Каразина

Болезнь, как и здоровье, может и должна быть нормальной

В медицине здоровье и болезнь принято противопоставлять друг другу.

Противопоставляют не только здоровье и болезнь, но даже норму и болезнь, обычно в более известной формуле «норма - патология».

Если сопоставление, но не противопоставление, здоровье – болезнь или sanos – ratos верно, ни сопоставление, ни противопоставление норма - патология неверны, и это легко показать.

Здоровье и болезнь в философском измерении меры, а всякая мера, здоровье и болезнь не являются исключениями, содержит нормы. Как в здоровье есть свои половые, возрастные, профессиональные и иные нормы, так же и в болезни мы должны находить, и находим, причем далеко не одну, нормы.

В «Принципе оптимальности болезни» я в свое время ввел понятие нормы болезни как ее варианта, плата за который ресурсами здоровья минимальна (см., например, www.medicusamicus.com/index.php?action=bksh-normdisease).

Свои нормы имеют острые, подострые и хронические, неинфекционные и инфекционные, сердечнососудистые, бронхолегочные, эндокринные, ... болезни. А еще у каждого болезнь протекает по своему, в соответствии с его, если хотите, гено-, фенотипическими, упомянутыми уже половыми, возрастными и иными нормативами.

И все это необходимо учитывать в помощи заболевшему, ибо, как еще говорили земские врачи, нужно «не ломать» его, но проводить через болезни. Обязательно с учетом имеющихся ресурсов здоровья, и с использованием этих ресурсов.

Врач только лечит, излечивает Природа.

Парадокс и парадигма

Парадокс, но между здоровьем и болезнью выстроили стену. Их противопоставляют друг другу, и здоровый априори в соответствии с парадоксом не имеет права переносить болезней.

Устав Всемирной Организации Здравоохранения гласит, что «здоровье есть состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов».

Это понимание здоровья и болезни не верно, и даже вредно.

Не вызывает сомнений, чтобы выздороветь, а тем более переносить тяжелые хронические болезни, требуется «недюжинное» здоровье.

Знаменитый С.П. Боткин теперь почти два века тому назад писал: «Всякое нарушение равновесия, не восстановленное приспособляющейся способностью организма, представляется нам в форме болезни... Реакции организма на вредно действующие на него влияния внешней среды и составляют сущность болезни».

Нет необходимости доказывать, что реакции эти возможны тогда и только тогда, когда есть здоровье, и что реакции эти обеспечивают выздоровление или «жизнь с болезнью (хронической)», когда здоровья для этого достаточно. То, что без здоровья нет болезни, между строками можно прочитать у Е. Уайт в ее «Служении исцелению», в котором она писала, что «болезнь – это усилие Природы освободить организм от последствий нарушения законов здоровья». Еще более четко идею отразил К. Ниши в своих «Золотых правилах здоровья», когда писал, что «болезнь есть лишь средство, с помощью которого Целительные Силы организма пытаются восстановить нарушенную гармонию». Суть парадигмы в том, что каждый имеет свое здоровье, свой личный ресурс здоровья, который по-своему использует, что каждый по жизни “встречается” с болезнями, и что одна из сугей жизни состоит в диалектике взаимоотношений здоровья и болезни (болезней), что здоровье у каждого важно для жизни, для противостояния болезням, для выздоровления при болезнях, равно, как и наиболее благоприятного из возможных вариантов перенесения хронических болезней, и т.д.

Есть смысл снова вернуться к С.П. Боткину, который проблему соотношения здоровья и болезни косвенно отразил в таком примере «Чахоточные больные (иногда даже лихорадящие) – работники умственного труда – могут вполне удовлетворительно выполнять свои профессиональные обязанности». По С.П. Боткину, у чахоточных больных при определенных ограничениях оказывается достаточно здоровья для полноценной жизни.

Формулу Н.М. Амосова («Моя система здоровья») – «здоровый человек бывает несчастным, но больной не может быть счастливым» - понимаю, развеял известнейший ученый-космолог С. Хокинг. Будучи тяжело больным и живя только благодаря многофункциональному протезу, восполняющему множество утраченных им необходимых для жизни функций, он показывает яркий пример страсти и радости Жизни, не переставая удивляться и удивлять нас своими новыми открытиями. Совсем недавно он сообщил миру, что наука уже не оставляет места Богу как создателю Вселенной. И если Ч. Дарвин исключил Бога как создателя в сфере биологии, современные теории в области физики и астрономии, в первую очередь построенные самим С. Хокингом, делают его ненужным для объяснения появления Вселенной (podrobnosti.ua/technologies/2010/09/02/712298.html).

Что парадигма не во взаимоисключении, но во сосуществовании, взаимодополнении здоровья и болезни, можно, например, прочитать и в сложившейся (неофициальной) классификации уровней индивидуального здоровья.

Уровни индивидуального здоровья

- совершенное
- с незначительным ущербом, не требует лечения
- периодические острые заболевания, требующие лечения
- хронические заболевания, требующие лечения
- угроза жизни, требуется неотложная медицинская помощь
- клиническая смерть, возможна реанимация
- биологическая смерть.

Факторами риска, одинаково, для здоровья и болезни являются дистресс, низкий уровень здоровья, имеющиеся болезни, изменения климата, загрязнение окружающей среды, курение, алкоголь, наркотики, возраст.

Естественный подход к решению проблем здоровья и болезни

Осознание парадигмы, овладение парадигмой не столько дает, сколько объясняет или обосновывает все более принимаемый обществом и индивидуумом инструмент сохранения и упрочения здоровья, а также решения проблем болезни, в котором первостепенными являются сбережение и восстановление среды обитания, сохранение и гармонизация здоровых образа мыслей, образа жизни и образа питания при врачебных вмешательствах во время болезни в соответствии с «Принципом оптимальности болезни».

Здоровья много не бывает

Итак, здоровье нужно всем. Больше здоровья нужно больным. Чем больше человек, тем больше потребует здоровья.

Если здоровья не хватает, его во многих случаях частично можно заместить.

Формула «береги честь смолоду» неполная – честь только часть здоровья.

Здоровье требуется в гармоническом соотношении физического, психического и социального. Воистину, здоровья много не бывает.

Болезней не миновать никому

Детские инфекции – это тоже болезни. Детскими инфекциями индивидуальная история болезней только начинается. Каждая болезнь оставляет «отметины» на здоровье.

Здоровье и болезнь – непротивопоставляемые категории и болезней не миновать никому.

Разрушая стену между здоровьем и болезнью

Каждый рождается со своим запасом здоровья, и каждый по своему исчерпывает его. Никому не миновать болезней, и чтобы не заболеть в конкретном случае, надо на соответствующий момент иметь достаточно здоровья, а чтобы, заболев, выздороветь, когда возможно, и наилучшим образом тоже, или прожить с хронической болезнью, желательно с наименьшими потерями, нужно иметь достаточно здоровья.

Если кто-то построил стену между здоровьем и болезнью, это не значит, что она действительно существует.