

## МЕДИЦИНА ДРЕВНЕГО КИТАЯ

**Рузгайтите Раминта, Литовская Республика**

*Белорусский государственный медицинский университет*

*Беларусь, Минск*

*Научный консультант – преподаватель Сташевич И.А.*

Статья посвящена вопросу развития медицины Китая. Рассматриваются многочисленные методы лечения, которые зарекомендовали себя как очень действенные и эффективные.

*Ключевые слова: медицина Древнего Китая, анатомические атласы, пульс, гигиенический режим, общеукрепляющее лечение, ритуалы, сигнатуры, акупунктура, массаж, мануальная терапия, фитотерапия, диетотерапия, цигун.*

## MEDICINE OF ANCIENT CHINA

**Ruzgaytite Raminta, Lithuania**

*Belarusian State Medical University*

*Belarus, Minsk*

*Scientific supervisor –lecturer Stashevich I. A.*

The article is devoted to the development of Chinese medicine. Numerous methods of treatment are considered, which have proved to be very effective.

*Keywords: ancient China medicine, anatomical atlases, pulse, hygienic regimen, restorative treatment, rituals, signatures, acupuncture, massage, manual therapy, phytotherapy, dietotherapy, chi gong.*

Возникновение медицины в Древнем Китае легенды связывают с императором Шэнь-Нун, жившем около 2700 года до н.э. В Древних писаниях говорится, что он для лечения использовал всевозможные травы, а также описал 70 различных ядов, подобрав к ним нужные противоядия. Именно он создал известный во всем мире труд «Канон о корнях и травах», в котором детально описываются 365 растений для лечения и продления жизни человека. Так же ему приписывается и изобретение техники акупунктуры. Древние легенды и летописи гласят о том, что медицина Китая стала развиваться уже к

середине третьего тысячелетия до нашей эры. Китайцы, как и другие народы древности, уподобляли организм миру в миниатюре, а все процессы в организме – взаимоотношению «первоэлементов». Китайцы насчитывали их пять: огонь, земля, вода, дерево, металл. Болезни делились в основном на две группы: «ян» и «инь».

Существовали анатомические и физиологические представления. В китайских анатомических рисунках наряду с более или менее правильными изображениями одних частей имелись ошибочные изображения других. Анатомические атласы, на протяжении веков многократно перерисовывавшиеся, дошли до последнего времени. В диагностике большое внимание уделялось пульсу. Различалось много видов пульса – в зависимости от характера болезни, конституции больного, времени года, часа дня и др.; о пульсе было написано много исследований. Осматривали язык и естественные отверстия организма – ноздри, уши, глаза, рот, выделения – испражнения и мочу. Моча исследовалась на вкус: устанавливали ее кислый и сладкий вкус и др. Много внимания китайской медициной уделялось общему гигиеническому режиму – «разумной умеренности», правильному распорядку работы, отдыха, сна, правильному питанию. В китайской медицине уделялось внимание общеукрепляющему лечению: диете, массажу, водным процедурам, солнечному облучению, гимнастике.

Лечение включало большое количество магических средств и ритуалов. Наиболее популярным являлось учение о сигнатурах (знаках). По этой методике подобное должно лечиться подобным. Например, желтое применялось для лечения желтухи, а бобы, которые напоминают по форме почку, применялись при болезнях мочевыводящих путей. Большинство достижений китайской народной медицины были доступны только состоятельным слоям населения. Чрезвычайная сложность иероглифического письма очень ограничивала распространение грамоты и достижений науки среди широких масс населения. Положение не улучшилось даже с развитием капитализма в Китае (начало XX ст.), когда в страну начали проникать достижения европейской науки.

### **Основные методы лечения в Китайской медицине.**

Сейчас наиболее популярными методами лечения считаются акупунктура, акупрессура, массаж, мануальная терапия, фитотерапия, диетотерапия и цигун. Эти методы на протяжении многих веков применялись целителями Древнего Китая и зарекомендовали себя как очень действенные и эффективные методы лечения практически от всех недугов.

**1. Акупунктура** (иглоукалывание или иглорефлексотерапия). Особенность этого метода лечения заключается в воздействии тонкими иглами на определенные точки, находящиеся на теле человека. Это помогает нормализовать циркуляцию энергии Ци, которая циркулирует по специальным меридианам (линиям). Иглоукалывание помогает этой энергии правильно течь по телу и тем самым избавляться от заболеваний, которые традиционными методами очень плохо поддаются лечению. Акупунктура дает отличные результаты при любых видах зависимостей (алкогольной, наркотической,

никотиновой, игровой), благоприятно воздействуя на нервную систему человека. Также с помощью этой системы лечения можно избавиться от мигрени, бессонницы, аллергии, бронхиальной астмы, устранить болевой синдром, а также эффективно бороться с ожирением и лишним весом.

**2. Массаж.** Он представляет собой один из наиболее распространенных методов воздействия на тело человека, путем воздействия на мышцы, кости, внутренние органы, а также кожу. Уже в медицинских трактатах древнего Китая времен третьего тысячелетия до нашей эры есть детальное описание методов и приемов массажа для каждого конкретного случая и заболевания. Массаж помогает комплексно воздействовать на организм в целом, нормализуя работу всего тела, а не определенного органа. В Китае, кроме известного классического массажа, нашли широкое применение такие виды как Ань-Мо, Туйна и Гуаша. Техники Туйна и Ань-Мо в переводе с китайского языка означают «давить и тереть» и появились во времена правления династии Мин (1368-1644 годах).

**3. Мануальная терапия.** Является одним из самых древних способов устранения функциональных нарушений организма человека. Ее эффективность доказана веками и сейчас многие врачи во всем мире в своей практике используют этот метод. С помощью него врач помогает избавиться пациенту от зажимов и блокад в области позвоночника. А, как известно, по позвоночнику протекает энергия, блокировка которой негативно сказывается на внутренних органах. Это позволяет работать не только с опорно-двигательным аппаратом, но и со всем организмом в целом.

**4. Фитотерапия.** В китайской медицине основным ее назначением является уравнивание двух жизненных энергий, двух противоположностей инь и ян. Принцип лечения заключается в том, что когда выходят из строя органы, обладающие энергией инь их необходимо лечить энергией ян и наоборот, когда болят органы ян, для их исцеления следует применять лекарственные растения с энергией инь. Здесь китайские целители используют одно правило, которое называется «бу-се», что в переводе на русский язык означает «прибавить-отнять». Под словом «прибавить» подразумевается восполнение, возбуждение и тонизирование, под словом «отнять» – выпускание, торможение и седатирование. К органам, которые работают на энергии инь, относятся сердце, селезенка, легкие, почки и печень, то есть плотные (цзан), к органам ян – толстый и тонкий кишечник, желудок, мочевой и желчный пузырь, то есть полые (фу).

**5. Диетотерапия.** Огромный вклад в диетологию внесли знания Древнего Китая, которые неразрывно связаны с его философским учением. Согласно этим старинным знаниям, все продукты питания систематизированы и описаны в трудах и литературных источниках. В соответствии с этим они описаны, исходя из таких данных: характер, вкусовые качества, вхождение в канал, а также необходимость восполнения или убавления.

**6. Цигун.** Эта практика помогает развить внутреннюю энергию с помощью тренировки сознания и внутренней силы (энергии ци). Она существует уже множество тысячелетий и приобрела популярность не только в

Китае, но и в других странах мира. Цигун помогает избавиться от многих заболеваний внутренних органов и позвоночника, вылечить те заболевания, которые в традиционной западной медицине считаются неизлечимыми. Комплекс упражнений дает возможность «бесформенному духу проявиться в определенной форме». Каждое упражнение направлено на конкретный участок позвоночника и позволяет качественно воздействовать на нервную систему человека, а также помогает устранить блоки в энергетических центрах. В современной медицине Китая методика Цигун тщательно изучена и проверена, поэтому является официально признанной.