

*Солейман Нежад А., Дуюнова Е.С.*

## **ТРАДИЦИОННАЯ ИРАНСКАЯ МЕДИЦИНА – КЛЮЧ К ЗДОРОВЬЮ ЧЕЛОВЕКА**

*Научный руководитель: ст. преп. Гладышева М.К.*

*Кафедра белорусского и русского языков*

*Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск*

Иранская традиционная медицина является одной из самых древних в мире. Она имеет более чем 2000-летнюю историю. Ее основой являются практики, которые были переданы в течение многих веков от поколения к поколению. В ней приоритет отдается не столько лечению, сколько поддержанию здоровья и профилактике заболеваний.

Традиционная медицина в Иране основана на философии исламской медицины, а также на древних знаниях греческой, индийской, китайской и персидской медицины. Она включает в себя лечение травами и лекарственными растениями, акупунктуру, гомеопатию, натуропатию, диету, изменение образа жизни и т.д.

Согласно иранской традиционной медицине, эти правила образа жизни основаны на 6 принципах: прием пищи, климат и окружающая среда, режим сна, физическая активность, психологическое состояние и удаление конечных продуктов обмена веществ. Для того чтобы поддержать свое здоровье, человек должен выбрать образ жизни, подходящий его темпераменту.

Уникальность традиционной медицины Ирана заключается в использовании различных натуральных ресурсов для лечения многих заболеваний. С целью получения максимальной пользы для здоровья лекарственные растения, растительные масла, минералы применяются в сочетании с массажем, гипнозом, медитацией, йогой и другими методами. Большое внимание традиционная медицина уделяет также профилактике многих заболеваний. Она считает, что нарушение баланса между внешней и внутренней энергией является основной причиной болезней у человека.

После победы Исламской революции в 1979 году иранская традиционная медицина получила официальный статус. Были созданы институты, колледжи, которые стали специализироваться на традиционной медицине, находящейся в настоящее время на волне роста популярности. Многие туристы сегодня приезжают в Иран, чтобы получить лечение в рамках традиционной медицины. Научные исследования показывают ее эффективность в лечении болезней сердца, диабета, рака, аллергии, неврозов и других заболеваний.

В традиционной медицине существуют определенные ограничения и даже риски. В некоторых случаях традиционные методы могут не давать желаемого результата или даже нанести вред здоровью пациента. Поэтому всегда рекомендуется обратиться к квалифицированному врачу при возникновении проблем со здоровьем. Однако, несмотря на некоторые ограничения, иранская традиционная медицина продолжает существовать и оставаться популярной среди многих людей, верящих в ее эффективность и способность к излечению больного человека.

Таким образом, традиционная медицина Ирана является важной частью культурного наследия страны и охватывает богатое разнообразие методов лечения, основанных на многовековом опыте прошлых поколений. Можно с уверенностью сказать, что традиционная медицина в Иране – это официальная, научная медицина, которая является основой здорового образа жизни.