

# ОПРЕДЕЛЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ: ИСТОРИЯ И СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ ПРОБЛЕМЫ

В.Н. Шестакова, проф., О.В. Молотков, проф.  
Смоленская государственная медицинская академия

Даются определения состояния здоровья человека, сформулированные в разные эпохи. Приведены характеристики оценки этого состояния и возможности сохранения здоровья.

**Ключевые слова:** здоровье, диагностика болезней, целостность организма.

Издревле известно, что здоровье человека обусловлено внутренней гармонией его организма. Так, Гиппократ считал, что за здоровье отвечают смешанные в правильных пропорциях 4 жидкости (сока): кровь, слизь, черная и желтая желчь. Жди беды, если нарушатся пропорции, предостерегал великий врач древности: «В устройстве человеческого тела всякое нарушение порядка ведет к расстройству равновесия, опрокидывающего незримую гармонию». Каждому из 4 соков соответствует определенный темперамент: крови – сангвинический, слизи (флегме) – флегматический, желтой желчи – холерический, черной желчи – меланхолический. В работах Гиппократа также приводятся наблюдения о распространении болезней в зависимости от внешних влияний (время года, ветер, вода), а также о воздействии указанных влияний на здоровый организм человека. Гиппократ делил причины болезней на 2 класса: общие (вредные влияния со стороны климата, почвы, наследственности) и личные (условия жизни и труда, питания, возраст и т.д.).

Представители методической школы, образованной в Древнем Риме (II век н.э.) учениками Асклеиада (Темисон Тралльский, Соран Эфесский и др.), считали, что жизнедеятельность человека обеспечивается соотношением не только жидкостей – соков (гуморальное учение), но и твердых частиц (солидарное учение). Соединение жидких и твердых частиц создает состояния напряжения и расслабления, правильное соотношение которых обуславливает здоровье. Таким образом, врачи этой методической школы ввели в медицину идею тонуса (равновесного состояния напряжения и расслабления), при повышении или снижении которого возникает болезнь. Из тех времен исходит убеждение, что здоровье – это не только отсутствие болезней, так как нет людей, хотя бы не предрасположенных к ним.

Во времена Галена появилось понятие «третье состояние» – понятие промежуточного состояния между здоровьем и болезнью. По Галену, существуют 3 состояния человеческого тела: «Здоровье – состояние, при котором тело человека полностью здорово; болезнь – противоположное состояние; третье состояние – ни здоровье, ни болезнь». Гален впервые ввел в медицину понятие о действии болезнетворной причины, назвав ее *ratos*, что в со-



временном понимании означает патология, а состояние организма, вызванное данной причиной, он назвал *potos*, т.е. болезнь.

Теоретическая медицина вплоть до эпохи Возрождения, ознаменовавшейся революцией в анатомии, практически не развивалась. До Везалия господствовали анатомические представления Галена. Пневматическая теория и гуморальное учение о физиологии и патологии оставались практически неизблемыми, если не считать ртутно-серной теории, возникшей в Китае (как аналогия начал «ян» и «инь»), развитой арабскими алхимиками и послужившей в дальнейшем основой для спагирической теории Парацельса. Хотя теоретические построения Парацельса исходили главным образом из традиций алхимии, он первый сумел взглянуть на процессы, совершающиеся в живом организме, как на процессы химические. При этом он придерживался воззрения Б. Валентинуса и учил, что в составе живого тела присутствуют те же «элементы», которые входят в состав всех тел природы, а именно ртуть, сера, соль. В здоровом теле эти элементы находятся в известном равновесии. Если же один из них преобладает над другими или находится не в достаточном количестве, возникают различные заболевания. Парацельс сблизил химию и врачебную науку, поэтому его учение называется ятрохимией. Он выделял 4 главные группы причин болезней (*entia*): 1) *ens astrale* – космические и атмосферические влияния; 2) *ens naturale* – причины, исходящие от анатомо-физиологических свойств организма, они распадаются на 2 главные группы: *ens veneni* – ядовитые вещества в пище и питье – и *ens seminis* – наследственные аномалии; 3) *ens spirituale* – психические влияния; 4) *ens Deale* – Божье попущение.

Не утратил до сих пор актуальности вывод древнеримского философа Сенеки: умение продлить жизнь – в умении не сокращать ее, а также классический принцип Ювенала: «Mens sana in corpore sano bonum magnum est» (здоровый разум в здоровом теле – великое благо).

Линней («Система природы», 1735) впервые указал на положение человека в животном мире, поместив его в класс млекопитающих, отряд приматов, в составе рода и вида *Homo sapiens*. Бюффон («Естественная история животных») изучил особенности роста человеческого организма, влияние среды на организм и некоторые аномалии развития человека. Поворотным моментом в развитии антропологии явился выход в свет книг Ч. Дарвина «Происхождение видов путем естественного отбора» (1859) и «Происхождение человека и половой отбор» (1871).

Древние египтяне, греки и римляне знания в области медицины черпали на Востоке: в Индии, Китае, Средней Азии. Древневосточные целители придавали особое значение саморегуляции организма как в здоровье, так и в болезни. Одним из важнейших условий выживания они считали способность сопротивляться болезни, преодолевать ее. Древневосточные целители помогали защитным механизмам организма победить болезнь. Оценивая как силу болезнетворного фактора, так и силу защитных механизмов, определяя и оценивая индивидуальность человека, они и к болезни каждого подходили индивидуально.

Древние иранцы создали одну из первых натурфилософских систем: представление о зависимости существования человека от 4 стихий – солнца, земли, воды и воздуха – и 4 влаг организма – алой, черной, белой крови и желчи. Причем соки организма то находятся в состоянии борьбы, то поддерживают друг друга, что дает начало здоровью или болезни. Иранцы выдвинули учение о свете, который они подразделяли на видимый и невидимый. Видимый свет ощутим, он исходит в природе от солнца и огня. Однако, как они считали, более важную роль играет невидимый свет. Он неосязаем, исходит от растений и животных и дает тепло организму.

Медицина в Иране определялась как искусство сохранять тело в здоровом состоянии, поэтому важное значение придавалось предупреждению болезней: «вырви недуг прежде чем он коснется тебя». Далее следовали многочисленные рациональные предписания, как правило, – гигиенического характера.

Похожую трактовку здоровья мы видим и в документах древнеиндийской медицины: болезнь объяснялась неравномерным соединением 5 (по другим данным, – 3) соков человеческого тела (в соответствии с 5 стихиями мира – земля, вода, огонь, воздух и эфир). Гармоническое сочетание их считалось условием, без которого не бывает здоровья. Среди причин, порождающих болезни, важное место занимали погрешности в пище, страсти к вину, физическое перенапряжение, голод, изменение климата, возраст. В древнеиндийских ведах приводятся положения, которые могут рассматриваться как меры по охране здоровья.

Понятие о 3 началах, из которых состоит все существующее в природе (газ, слизь, желчь), является краеугольным камнем тибетской медицины. Эти элементы находятся в постоянном движении: гармоническое со-

четание их знаменует собой физиологическую норму, нарушение – патологию. Их соотношение определяет темперамент и характерологические особенности каждого человека. Чтобы прожить весь век в здоровье, следует отбросить вредные привычки, порочное поведение, так как они удручают тело, органы чувств.

Общепатологические воззрения древнекитайских врачей также исходили из натурфилософских представлений: возникновение болезней связывали с нарушением соотношений активного («янь») и пассивного («инь») начал, которые в организме, как и в природе, находятся в постоянной борьбе. С действием «янь» связывали гиперфункцию, с действием «инь» – гипофункцию отдельных органов или организма в целом. Когда эти начала уравновешены, человек здоров. При этом признавалась возможность влияния на борьбу «янь» и «инь» различных факторов окружающей среды, условий и образа жизни, питания и др.

На всех этапах развития человеческого общества жизнь человека протекала в противоборстве с болезнями, что нашло отражение в поиске средств лечения, развитии народной и научной медицины и стало стимулом к научному познанию сущности индивидуального здоровья человека.

Определить понятие «здоровье» значительно сложнее, чем понятие «болезнь». Для большинства людей и практически для всех медицинских работников здоровыми являются все те, кто не болен.

Более 1000 лет назад известный врач и философ Среднего Востока Авиценна предложил классификацию состояний организма, в которой из 6 классов только 2 относились к болезни, а 4 отражали разные уровни здоровья.

В 50–60-е годы XX века крупный советский патолог И.В. Давыдовский (1962) разработал теоретические основы медицины будущего, исходя из представлений о здоровье как о приспособительных возможностях организма, и определил болезнь как результат снижения резервов, истощение защитных сил.

Определение, записанное в Уставе ВОЗ (1946), гласит: «Здоровье – это состояние полного физического, умственного (психического) и социального благополучия, а не только отсутствие болезни или немощи (недомогания)». Это определение не подвергалось пересмотру. Эксперты ВОЗ смогли путем консенсуса выработать краткое, но очень емкое определение понятия здоровья. Действительно, для здорового человека характерна гармония физического (природного) и социального факторов. Другими словами, здоровый человек способен полноценно жить, трудиться, сохраняя при этом душевное равновесие.

**WHAT IS HEALTH: BACKGROUND AND STATE-OF-THE-ART**  
**Professor V.N. Shestakova, Professor O.V. Molotkov**  
Smolensk State Medical Academy

The paper gives the definitions of the human health status, which were formulated in different epochs. It characterizes the evaluation of this condition and the possibilities of promoting the health status.

**Key words:** health, diagnosis of diseases, body's integrity.