***И.В. Казакова ( Минск)***

**Особенности китайской традиционной медицины**

Восточная медицина всегда отличалась от европейской тем, что европейская медицина пыталась лечить болезни, а восточная – человека. Начало китайской медицины было положено еще где-то в V веке до нашей эры. Знаменитый классический труд «хуанди нэйцзни» («Лечебник императора Хуанди»), который был написан в период борющихся царств 475-221 г. до н.э., является самым ранним в Китае сочинением по медицине. Эта книга – настоящая энциклопедия медицинских знаний того времени, она состоит из 18 томов. Эта книга не потеряла своего значения и в наше время. В ней были зафиксированы открытия древних врачей в области диагностики и лечения различных заболеваний, анатомии и физиологии человека. «Были приведены сведения о роли желудка и кишечника в переваривании пищи, о том, что печень и селезенка – это основные вместилища крови…наконец, гениально предвосхищена роль сердца как двигателя, который заставляет кровь течь по сосудам» [1, с.119].

В древности китайские врачи считали, что здоровье человека зависит от жизненной энергии Ци, которая циркулирует в теле человека по особым энергетическим каналам. Человек – это часть природы. А весь космос, всю природу пронизывает эта таинственная энергия Ци. И ее правильное движение зависит от соотношения сил Инь и Ян.

Древние китайцы считали, что мир устроен гармонично, хоть и полон противоречий: между добром и злом, между любовью и ненавистью, между холодом и теплом, рождением и смертью, светом и тьмой. «Китайцы верили, что все существующие в мире противоречия имеют один источник – космическое начало Инь и Ян. Инь – темное женское начало. Оно соотносится с северо-востоком и северо-западом, а также с луной, зимними холодами, мягкостью и слабостью. Ян, светлое мужское начало, связано с юго-востоком и юго-западом, а значит с летом, огнем, солнцем. И, конечно же, с твердостью и силой: ведь это истинно мужские качества. Хотя Инь и Ян противоположны друг другу, на их взаимодействии основана вся жизнь Вселенной» [3, с.17].

Поэтому древние китайские врачи рекомендовали весной и летом заботится о силе Ян, а зимой и осенью усиливать Инь. Тогда человек будет подчинен природному циклу и будет здоров.

Любую болезнь рассматривали как результат нарушения гармонии жизненных сил организма. Причины нарушения этой гармонии могли быть самые разные: слишком сильное воздействие холода, сырости, сильной жары, неправильное питание, слишком сильные эмоции (причем не важно, положительные или отрицательные). Китайские врачи применяли четыре основных метода диагностики: осмотр и исследование больного, выслушивание звуков и обоняние запахов (исходящих от больного), опрос больного или его родственников и исследование пульса больного. Это были достаточно эффективные методы диагностики. Об этом говорит, например, тот факт, что такие болезни как сахарный диабет, апоплексический удар (инсульт), туберкулез, столбняк были диагностированы и подробно описаны в Китае примерно на тысячу лет раньше, чем в Западной Европе.

Китайские врачи осматривали больных мужчин, а для женщин делали исключение. Женщины показывали место, где у них болит, на специальной статуэтке. Окончательный диагноз больному чаще всего ставили по пульсу в особой точке, которая находится на запястье, где, по мнению врачей, сходятся все энергетические каналы.

Согласно представлениям древних китайских врачей, все разновидности пульса делятся на четыре основных вида: пульс поверхностный, глубокий, медленный и частый. Эти четыре основных вида пульса включают в себя множество разновидностей, которые характеризуют те или иные клинические симптомы у больных.

Китайская медицина раньше других поняла огромную важность для здоровья человека профилактики, гигиены, физкультуры и спорта. «В эпоху Чжоу (ХІ в. до н.э. – 250 г. до н.э.) была, например, создана санитарная система по уничтожению насекомых и мышей, по улучшению гигиены окружающей среды» [2, с.81].

В ходе длительной практики китайская народная медицина накопила множество средств лечения болезней: путем лекарственных средств растительного происхождения, иглоукалывания и прижигания, банок, грязетерапии, массажа, дыхательной гимнастики «Цигун». Например, банки в Китае больным начали ставить еще в эпоху династии Цзинь (265-420 гг.), для чего их предварительно прогревали зажженной бумагой и тот час же ставили на болезненное место при ревматизме, брюшных и поясничных болях» [2, с.80].

Древние китайские легенды рассказывают об императоре-врачевателе Шэньнуне, который для лечения больных испробовал на себе действие ста лекарственных растений. Император жил в 3216 г до н.э. Это говорит о том, что тогда в Китае накопилось некоторое знание о свойствах лекарственных растений. Китайская народная фармакология включает лекарства животного и минерального происхождения. Китайские врачеватели всегда уделяли большое внимание как природным лекарствам, так и терапии без лекарств.

Основы специфической китайской гимнастики также были заложены в глубокой древности. Замечательный китайский хирург Хуа То (? - 208 гг.) составил комплекс гимнастических упражнений «учинси» («Забавы пяти животных»), подражающих движениям тигра, оленя, медведя, обезьяны и аиста.

Китайская дыхательная гимнастика также занимает важное место среди лечебно-профилактических мероприятий, применяемых в народной медицине. Этот метод издавна применялся в Китае для укрепления и сохранения здоровья и долголетия. Китайская дыхательная гимнастика учит дышать медленно, плавно и глубоко, чтобы воздух проникал до самого низа живота. Потом необходимо задержать дыхание, чтобы энергия Ци получила доступ ко всему организму, выдыхать тоже надо очень медленно и плавно.

Лекарственных средств, применяемых в китайской народной медицине, насчитывается более 2 тысяч наименований. Не менее трех четвертей этого количества составляют лекарства растительного происхождения. Остальное – лекарства животного и минерального происхождения. Лекарственные растения, таким образом, занимают ведущее место в китайской народной медицине. В Китае произрастает большое количество целебных растений. Опыт применения лекарственных трав накапливался в Китае тысячелетиями.

Выдающийся китайский врач-фармаколог Ли Шигжэн (1518-1593) написал большой труд «Бэньцао ганму») («Трактат о лекарственных растениях»), состоящий из 52 тетрадей, на что он затратил 27 лет. Он описал две тысячи лекарств с их названием, описанием свойств и воздействием на человека, а также привел 11 тысяч народных рецептов. «Бэньцао ганму» называют «гигантским трудом по медицине Востока», а Ли Шигжэн признан одним из величайших ученых мира. В Танскую эпоху в связи с тем, что сбор дикорастущих лекарственных трав не мог удовлетворить возросшего спроса, возникла необходимость в культурном разведении лекарственных растений. Именно в этот период в Китае появились плантации целебных трав.

Интересно, что и китайские, и белорусские народные поверья говорят о том, что особенно чудодейственную силу растения набирают в канун летнего солнцестояния. Магическая сила трав, особенно пахучих, как свидетельствует китайский фольклор, возрастает накануне этой волшебной ночи, которую белорусы называют купальской. Как белорусские крестьяне в это время собирают «зёлки», так и китайцы по обычаю идут собирать лекарственные растения. Древние правила предписывали китайцам в этом случае пройти ровно сто шагов и собрать сто трав, из которых потом готовили лечебные отвары [5, с. 315].

Интересно, что у белорусов существовали поверья, что если знахарь идет собирать травы, то ему также необходимо собрать сто трав. Нередко сбор лекарственных растений в этот период (накануне летнего солнцестояния) сопровождался у китайцев купанием, которому приписывали оздоровительные свойства. Считалось, что в этот праздник вода приобретает свойство лечить раны и нарывы на теле. Многие китайцы в этот день специально промывали глаза для профилактики глазных заболеваний [4, с. 73].

Лечебные свойства купальской воды также нашли свое отражение в белорусских ритуалах. Ритуальное купание на Купалье носило очистительные функции, излечивало болезни, отводило сглаз и злые силы.

Многие растения в народной медицине помогали и китайцам, и белорусам обрести не только физическое здоровье, но и душевное спокойствие. Такие растения как, например, чеснок и полынь в культурах обоих народов являются оберегами, отгоняющими нечистую силу. Лекарственное растение «пастушья сумка» помогает проникнуть в тайны будущего, тыква помогает наступлению желанной беременности. Обладателем позитивной энергии, растением, которое дарит долголетие, у китайцев считается аир, а у белорусов – верба. Ива в китайской народной культуре – это дерево, которое связывает мир живых людей с миром предков. Счастливыми деревьями для дома и семьи у китайцев считаются персик и слива. Они отгоняют злые силы, даруют радость и душевный покой.

В настоящее время китайская народная медицина и фармакология находят широкое применение в разных странах мира: в европейских странах, в Японии, США, России и в нашей стране.

**Список использованной литературы**

1. Китайская культура. Пекин, 2000.

2. *Ли Вэй, Су Жань*. Фоновые сведения о Китае на русском языке. Пекин, 2001.

3. *Хачатурян, В*. Древний Китай. История, быт, нравы. - М., 2001.

4. *Хуан Ши.* История обрядности праздника Дуаньгу. Тайбэй, 1979.

5. *Bredon, I.* The Moon Year / I. Bredon, L. Mitrophanow. – Shanghai, 1927.