

С. И. Белов

ВЗГЛЯДЫ ИБН СИНЫ (АВИЦЕННЫ) НА ЗДОРОВЬЕ

Витебский медицинский институт

В трудах выдающегося естествоиспытателя, ученого-гуманиста, оригинального мыслителя и врача Средней Азии и Арабского Востока Абу Али Ибн-Сины (980—1037) нашли отражение вопросы ботаники, медицины, санитарии, географии, философии, врачебной этики и других наук. Его труды оказали огромное влияние на развитие естественной научной мысли. Капитальный труд ученого «Канон врачебной науки» в пяти книгах (издание 2-е.— Ташкент, 1979—1982), получивший широкую известность на Востоке и в Европе, неоднократно переиздавался на арабском, латинском и европейских языках (в том числе на русском). «Канон» явился энциклопедией медицины эпохи Средневековья. В своем труде автор отвел значительное место изложению санитарно-гигиенических и профилактических взглядов, которые еще далеко не полно исследованы советскими учеными.

При изложении своих взглядов Ибн Сина опирался на достижения медицины и гигиены предшествующих поколений ученых, на труды врачей Древней Индии, Китая, Египта, Греции и Рима, в частности на многочисленные высказывания Гиппократов о влиянии на здоровье людей местности, пищи, воды, жилища и др. Большой врачебный опыт, тонкая наблюдательность за природными явлениями и здоровьем жителей в различных местностях позволили ему высказать многие рациональные мысли о влиянии окружающей природной и социальной среды на здоровье населения, предложить ряд положительных рекомендаций по предупреждению болезней и сохранению здоровья людей. Ибн Сина описал многие полезные лекарственные средства растительного и животного происхождения, применяемые сейчас в научной медицине.

Автор «Канона» придавал важное значение воздействию внешних факторов на организм человека. Уровень медицины того времени еще не давал возможности для исследования и познания внутренних механизмов и факторов, определяющих здоровье человека. Поражают оригинальные наблюдения и гениальные догадки Ибн Сины о взаимосвязи состояния организма человека с природными и социальными факторами, описания клинических проявлений и путей передачи ряда болезней, подтвержденные впоследствии медицинской наукой. Основные причины болезней он видел в материальных факторах (вода, пища, воздух и др.).

К причинам, изменяющим состояние здоровья, Ибн Сина справедливо относил как природные (время года, климат, местность), так и социальные факторы (пища, напитки, жилищные условия, возраст, пол и др.). В «Каноне» дано медико-гигиеническое описание климата, почвы, рельефа местности, растительного и животного мира различных территорий. Врач должен знать и учитывать влияние Ибн Сина, влияние на здоровье местности (низменная, гористая), места жительства (горное, холодное, приморское), воздуха (морское, глинистая, болотистая, каменная), воды (солончая, болотистая, подземная), ветров (северные, южные), ядовитых растений и животных и других факторов. И писалось это в 1020 г., в мрачную эпоху Средневековья.

Рассуждая о влиянии климата и сезонов года на здоровье населения, ученый прозорливо замечает, что сезоны при всяком климате могут привести к возникновению заболеваний. Современному звучит утверждение, что в один день произойдет резкая смена жары и холода, возникнут изменения и в состоянии здоровья человека. Каждый сезон года отличается своими природными особенностями. Лето обычно жаркое, а зима холодная. При этом этого правила наступают изменения сезонов (в «Каноне», кн. I.— 1981, с. 156—160). Режим жизни человека, по мнению автора, должен основываться на знании врачом особенностей каждого сезона.

Крайне неблагоприятными, считает Ибн Сина межсезонные периоды, отличающиеся сменой погоды и возникновением заболеваний. При смене сезонов зимний развиваются катары дыхательных путей, боли в горле и спине, заболевания нервов. Также встречается также при холодной («зимней») смене сезонов северные ветры. Летом при южном ветре и теплом климате болезни редки. Зимой и осенью чаще возникают легкие, потому что холодный воздух и сильные ветры вредно отражаются на организме. В зимнее время наблюдается оспа, куриная слепота (от недостатка витамина) и светобоязнь, ослепление от белых

Ибн Сина и рациональные методы лечения болезней («Канон», кн. 3, т. 1. — 1979, с. 280—296).

Туберкулез) чаще встречается осенью в холодных местах у людей узкогрудых и сутулых, а весна неблагоприятна для хронических больных («Канон», кн. 3, т. 2. — с. 501). По мнению Ибн Сины, особенности сезона года влияют и режим питания населения: зимой необходима горячая пища (хлеб, мясо), в другие сезоны — прохладная (без переизбытка).

Ибн Сина рассуждает о взаимосвязи «натуры» каждого человека с климатическими условиями той или иной части света, считая, что под климатом он понимал комплекс климатических факторов. У северных народов более «влажная натура», у южных — «сухая». Индейцам присуща одна «натура», а у арабов — другая. Условия обитания народов на протяжении многих веков способствовали формированию физических качеств организма, которые во многом определяют здоровье народа. Изменения климата зависят от географического положения страны, возвышенности или низменной местности, господствующих ветров и др.

В «Каноне» описывается влияние воздуха на здоровье человека. Состав воздуха зависит, отмечает автор, от положения местности, наличия поблизости морей и гор, движений воздуха, характера почв и т. д. Благоприятное влияние на человека оказывает чистый и прозрачный воздух, без пыли, дыма и паров, исходящих от болот и заболоченных мест; при отсутствии испарений от зарослей, низин и огородов; воздух, приносимый ветрами с возвышенностей и равнин. Северные ветры придают силу и энергию людям. Продолжительные южные и восточные ветры в декабре и январе служат причиной болезней. Люди обычно возникают при влажном и холодном воздухе («Канон», кн. 4. — 1980, с. 125). К лихорадкам и болезням в это время относили заболевания с повышением температуры: малярию, тифы, грипп и др.

Внимание автор «Канона» уделяет характеристике природных водоемов и минеральных источников, влиянию различных типов на возникновение заболеваний у людей. В «Каноне» говорится о качествах воды и ее влиянии на организм. К полезным, по мнению Ибн Сины, относятся чистую, стоячую, болотную, железистую, дождевую, минеральную воду и воду подземных источников; оценивает их влияние на здоровье жителей. Приводя характеристику различных типов вод (русло, направления течения и др.), ученый утверждает, что многие авторы крайне преувеличивают влияние воды в этой реке.

По мнению Ибн Сины, лучшей является вода ручьев, протекающих по чистой каменной земле, в них вода меньше загрязняется. Ибн Сина мудро замечает, что вода, протекающая по глинистым руслам имеет хорошую воду, так как глина, задерживая воду от примесей, делает ее прозрачной. Вода из горных ручьев, подвергшаяся благотворному воздействию солнечных лучей, более здорова. Стоячие, болотные и болотные воды имеют отрицательные свойства: при употреблении их возникают лихорадки. Полезными для здоровья, по мнению автора «Канона», обладают серные, железистые и щелочные минеральные воды.

Ибн Сина замечает, что хуже всего вода, протекающая по глинистым трубам: она заимствует силу свинца и вызывает язвы в кишках.

Влияние песка, солончаковых, илистых, с преобладанием солей почвы, он указывает на их неодинаковое влияние на воду, воздух и здоровье жителей. Песчаные почвы изменяют качество воды в данной местности, способствуют запыленности воздуха.

Ветры оказывают существенное влияние, по мнению Ибн Сины, на условия жизни населения. При господстве их воздействия создаются условия для укрепления здоровья и увеличения продолжительности жизни. Жители холодных высокогорных районов свойственны холерические и долгая жизнь. У населения жарких и низменных территорий со стоячей водой (на Ближнем Востоке) наблюдаются болезни органов пищеварения и долгая жизнь. Здесь автор не учитывает влияния социальных факторов: условий труда, питания,

В своем «Каноне» ученый приводит развернутую характеристику влияния различных местностей на здоровье населения: жарких сухих, северных холодных и влажных, высокогорных на каменных и снежных горах, в открытых низменных и приморских зонах. Сухие районы на открытой каменной местности отличаются жарким воздухом, сухостью, большим испарением, малой влажностью. Здесь солнечный свет и жаркий воздух могут вызвать причины болезни (ожоги, тепловые удары). Ходьба и бег на солнце, по мнению Ибн Сины, ведут к усилению потоотделения, уменьшению отделения мочи и потере массы тела. В северных местностях, отличающихся преобладанием холодного и влажного времени года, у слабосильных жителей наблюдаются частые ознобы и чахотка («Канон», кн. 1. — 1981, с. 175—176).

Влияние места жительства и района поселения на здоровье людей определяется, по мнению ученого, его возвышенностью или низинным расположением, наличием вблизи поселения гор, возвышенностей и равнин, характером почв (глинистая, илистая и др.), состоянием и объемом водоемов, наличием или отсутствием поблизости деревьев, рудников, кладбищ, свалок падали и т. п. Жителям влажных низменных районов из-за сырого воздуха и болотной воды свойственны хронические лихорадки, поносы, прыщи, частые язвы и др. Жители высокогорных поселений — сильные и смелые люди, отличающиеся хорошим здоровьем и продолжительной жизнью. Приморские поселения характеризуются умеренной жарой и холодом («Канон», кн. 1. — 1981, с. 176).

Распознавание лихорадок (болезней) должно основываться на признаках болезни, времени года и местности, где возникло заболевание, т. е. на учете медико-санитарных условий. Глубокая мысль заложена в утверждении автора «Канона», что лекарства следует выбирать с учетом не только пола, возраста, привычек и профессии больного, но и сезона года, страны, ее географического положения. Лечебные средства, хорошо действующие в одной местности, под влиянием климата в другой могут терять свои лечебные свойства. К числу полезных методов лечения он относит смену окружающей среды: изменение климатических условий, переезд из одной местности в другую. При изучении пульса надлежит учитывать, что характер его зависит не только от возраста, пола, состояния больного, но и от времени года, географического положения местности, принятой пищи и т. д. («Канон», кн. 1. — 1981, с. 253—254).

Довольно подробно для того времени Ибн Сина излагает требования к выбору места жительства. Он обосновывает медико-санитарную характеристику места расположения населенного пункта: размещение построек относительно сторон света, солнца и направлений ветров; особенности поселений в жарком климате, на востоке, западе и севере («Канон», кн. 1. — 1981, с. 178). При выборе места поселения он советует учитывать, возвышенное оно или низинное (в котловине), открытое или закрытое, доступно ветрам, жарким или холодным, находится ли по соседству с ним моря, горы, болота, рудники и т. д. Подлежат также изучению состояние здоровья местных жителей, их сила, род пищи, аппетит, распространенные болезни, состояние воды и почвы и др. Вода вблизи поселения должна быть текучая, чистая, сладкая и благоприятная. В условиях Средней Азии окна и двери в домах должны выходить на восток или север, чтобы прохладные ветры проникали в здание, а солнце, попадая в помещение, оздоравливало в нем воздух. Пренебрежение чистотой, обмыванием и мерами борьбы приводит к появлению в домах насекомых (вши, блохи).

В «Каноне» представлена развернутая характеристика животного мира: млекопитающих, земноводных, рыб, насекомых и др. Автор описывает рациональные средства и способы, применявшиеся для защиты жилых помещений от комаров, мух, мошек, пчел, жуков, муравьев, блох, скорпионов, мол, мышей, змей и др., в частности обрызгивание отпугивающими веществами, смазывание и завешивание дверей и окон, окуривание помещений дымом мяты, цитварной полыни, листьев лавра, древесины гранатника, рогов и копыт животных и др. Он приводит описание видов ядовитых змей и способов оказания помощи при укусах (отсасывание яда, прижигание места укуса и др.); рассматривает особенности отравлений

ядами при укусах каракурта, скорпиона, тарантула, ящерицы, морской лягушки, хамелеона, осы, пчелы, паука, летающих муравьев и др., а также приемы оказания помощи при них. Отсутствие средств профилактики и лечения бешенства в то время приводило к широкому распространению его среди диких и домашних животных. Бешенством заболевали, пишет Ибн Сина, волк, шакал, лисица, ласка, пантера, барс, лев, обезьяна, собака, кошка, мул и др. («Канон», кн. 4. — 1980, с. 420—503).

В главе «Рассуждение о ядах» («Канон», кн. 4. — 1980, с. 421) автор описывает случаи отравления людей черными зернами в колосьях (рожки), соками, листьями и плодами ядовитых растений: аконита, болиголова, волчьего лыка, лютика, живокости, омелы, морского лука, опийного мака, черного паслена, дурными грибами и др. В этих описаниях представлены признаки отравления, средства и способы оказания помощи при нем.

В труде Ибн Сины приводится описание простых («Канон», кн. 2. — 1982) и сложных («Канон», кн. 5. — 1980) природных лекарственных средств, применявшихся тысячу лет назад для лечения болезней: 526 растительного происхождения, 125 — животного и 78 — минерального. Им перечислено свыше 130 географических названий: стран, областей, гор, городов, островов, морей, рек и портов, связанных с выращиванием и заготовкой лекарственных растений, отловом диких животных и рыб, добычей минеральных веществ. Подробно описаны лекарственные средства, вывозимые из Армении, Аравии, Абиссинии, Греции, Ирака, Вавилонии, Индии, Китая, Египта, Ливии, Персии, Сирии, славянских земель и др. Указаны и районы произрастания растений в этих регионах.

В «Каноне» перечислено 180 видов лекарственных средств,готавливаемых из ягод, овощей, фруктов, злаковых и огородных растений для лечения болезней: настоек 33, отваров 23, сиропов 18, варений 12, масел 53, много соков и др.

Разумные рекомендации дает автор для сохранения здоровья пожилых людей («подвинутых в годах»): в качестве приправы к овощам употреблять оливковое и другие растительные масла, а старикам — зелень и фрукты (свекла, порей, петрушка). К полезным природным лечебным средствам он относит теплые минеральные воды, горный воск, горячий песок, солнечные лучи. Для укрепления здоровья следует соблюдать режим питания, диету и выполнять физические упражнения (ходьба, верховая езда, борьба, стрельба из лука и др.).

Природа оздоравливает организм, а врач лечит — утверждал ученый («Канон», кн. 1. — 1981, с. 313—314, 351—354) со свойственной ему прозорливостью и мудростью, особенно в оценке физических упражнений.

Автор «Канона» рекомендует применять для лечения больных такие рациональные средства животного происхождения, как мед, кровь, жир (7 видов), желчь (12 видов), яйца, печень, мозг, молоко, мясо птиц, бобровая струя, амбра, слоновая кость, воск и др. Из природных минеральных средств представлены глина, зола, квасцы, медь, мумие, нефть, озокерит, сера, смола, соль, серебро, тальк, янтарь и др.

В «Каноне» нашли отражение вопросы распространения болезней. Автор выделяет болезни переходные — при контакте человека с человеком, особенно тесных жилищах, и болезни, которые передаются от больного к здоровым через воду, воздух, пищу, почву, насекомых и т. д. Ибн Сина высказал ряд глубоких догадок о том, что моровая язва

(чума) появляется от мышей, крыс, белок, в шерсть имеются блохи. Последние покидают животных во время лезни и гибели. «Персидский огонь» (сибирская язва) передается людям через почву, воздух и при контакте с лежачим. Как самостоятельное заболевание он описывает «сызую язву» (кожный лейшманиоз) и высказывает предположение, что болезнь передается через укусы кровососущих насекомых. В труде имеется описание широко распространенной болезни южных районов — «медицинской жиды» (метода извлечения паразита из тела человека (чаще всего — помощью небольшого грузика). Ибн Сина указывает, что «жиды» — «медицинская жиды» (проказа) особенно часто поражает жителей Александрии («Канон», кн. 4. — 1980, с. 273). В различных он приводит характеристику четырех видов гниения. Заражение ими чаще наблюдается осенью при употреблении свежих плодов, овощей, зелени, сырого мяса.

Большое внимание уделено в «Каноне» сохранению здоровья путешественников. Ибн Сина жил в период интенсивных торговых связей и культурного обмена. Средняя Азия была связана с Аравией, Индией, Ираном, Грецией, Египтом, Восточной Европой, Россией (Урал, Западная Сибирь). В оба конца двигались многочисленные караваны. Собранные при этом сведения географического и санитарного характера становились достоянием ученых и врачей Азии. В своих многолетних скитаниях по Востоку Ибн Сина проводил над собой и другими наблюдения, которые позволили ему высказать рациональные рекомендации по сохранению здоровья в походах.

В специальной главе «О режиме путешествия» («Канон», кн. 1. — 1981, с. 366—375) автор говорит о необходимости от привычных домашних условий и увеличении физической нагрузки во время путешествий. Совершая поход в жаркую страну, надлежит укрывать голову и лицо от зноя, есть пищу, вызывающую жажду (рыба, сладости, соленья), пить в достаточном объеме принимаемой пищи. При появлении лихорадки (зноя, тепловой удар) пострадавшего следует уложить в прохладном месте, омыть его ноги и лицо холодной водой, дать попить холодной воды.

Путешествующим в холодное время он дает советы для предохранения конечностей от действия холода: мазать их горячим маслом (лилейным) с перцем; носить теплую обувь и рукавицы (члены в них подвижны); для сохранения тепла обернуть ноги бумагой, волосом, шерстью; нос, рот, тело; для согревания делать привалы и принимать горячую пищу. Если холод поразит член, опустить в воду, в которой варились укроп, капуста, ромашка лекарственная или с настоями мяты, чабреца, лаванды, цитварной и др. Следует двигать ногами и руками, растирать их, вымыть указанными средствами и обработать обмороженное место начало загнивать, надлежит вырезать его, чтобы не поражались здоровые части. В походах автор рекомендует очищать мутную воду с помощью глины, шерсти, кипячением и перегонкой или брать чистую воду с собой из своего города. Лук, чеснок также очищают от грязи. Он перечисляет также меры для поддержания здоровья при путешествиях по морю. Вместе с тем в «Каноне» нередко встречаются и ошибочные высказывания, предрассудки, божественное толкование явлений, что особенно далекому периоду, но они не умаляют значения гениальных догадок и рекомендаций Ибн Сины.