

лечит простуду теплом», – гласит самый главный ее постулат. Для профилактики осложнений китайским женщинам запрещено пить холодную воду и есть холодную пищу в течение месяца после родов.

В Китае известна старая поговорка: «Люди воспринимают еду как свой рай». Это значит, что китайцы считают еду такой же важной, как и отношения с Богом. Это лишь подтверждает, насколько важное место занимает правильное питание в образе жизни китайского народа.

### **Список использованных источников**

1. Beautiful China – Исследование Китая: китайская кухня [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [http://www.trave1china.org.cn/ru/tszg/zgms/zgms\\_mс.shtml](http://www.trave1china.org.cn/ru/tszg/zgms/zgms_mс.shtml). – Дата доступа: 21.04.2022.

2. Проростки маша // Учреждение здоровья и питания [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.diet-health.info/ru/recipes/ingredients/in/sw3079-prorostki-masa-syrue>. – Дата доступа: 20.04.2022.

УДК: 615

Янь Цзюньвэй

## **ТРАДИЦИОННАЯ МЕДИЦИНА В СОВРЕМЕННОМ КИТАЕ**

*Научный руководитель: преподаватель Савченко А. П.  
Белорусский национальный технический университет,  
г. Минск, Республика Беларусь*

Китайская традиционная медицина возникла в первобытном обществе и до сих пор продолжает развиваться. Это наука, которая учитывает физиологию человека, болезни, их диагностику и лечение. Традиционная медицина других стран Азии берет начало как раз из китайской традиционной медицины. Традиционная китайская медицина, или ТКМ, основывается на убеждении, что любое заболевание представляет собой последствия неправильного потока жизненной силы, по-другому – ци. Для восстановления внутренней гармонии и балансировки ци используют методику уравнивания противоположностей инь и ян, которые в организме представлены как жар и холод, внутреннее и внешнее, недостаток и избыток.

Врачи традиционной медицины внимательно осматривают всё лицо и тело пациента, слушают дыхание и речь, задают вопросы не только о

физическом, но и о душевном состоянии, измеряют пульс, чтобы узнать его состояние.

К методам традиционного лечения относятся иглоукальвание, массаж, вакуумная терапия, прогревание, гимнастика цигун, диета и использование лекарств, сделанных из частей трав и животных. Всё это нужно для того, чтобы примирить тело человека с его ци и Инь-Ян [2].

Для традиционной китайской медицины характерно использование различных самодельных лекарств, но проблема состоит в том, что научное сообщество не смогло доказать благоприятную эффективность этих лекарств, но все-таки можно найти сведения о том, что такого рода лекарства положительно влияют на кишечник, тонус организма, суставы и лёгкие.

В этой статье более подробно представлен традиционный метод китайской медицины – иглоукальвание, или акупунктура. Акупунктура является одним из ключевых методов лечения в традиционной китайской медицине, при котором под кожу на определенную глубину вводятся специальные иглы.

По мнению врачей традиционной китайской медицины, в организме много точек, большинство из которых являются нервными окончаниями, сосудистыми соединениями или суставами, и по представлениям врачей традиционной китайской медицины в них проходит ци. Акупунктура включает в себя различные способы лечения. Первый способ состоит в том, чтобы проколоть определённые точки тела специальными иглами, глубина прокола и способ введения иглы отличается в зависимости от того, что именно беспокоит пациента. По мнению китайских врачей, иглоукальвание позволяет снять боль, спазмы, отёки, усилить кровообращение и улучшить эмоциональное состояние человека. Иногда для улучшения результатов врачи используют горящие травы, чтобы разогреть точки скопления ци.

Недавно появился такой вид акупунктуры, как электроиглоукальвание, при нем иглы подключают к специальному аппарату, который посылает слабые электрические импульсы. Электроиглоукальвание решает те же проблемы, что и классическое иглоукальвание, но его отличие в том, что оно действует в более глубоких слоях человеческого организма.

Аурикулопунктура заключается в том, что иглы ставят именно в ушную раковину, в которой, как считают китайские врачи традиционной медицины, находится большое количество биологически активных точек, связанных с определенными органами.

Выше мы уже говорили о том, что иногда определённые точки тела пациента прогреваются с помощью определенных трав – этот метод иглоукальвания носит название моксотерапии. Её используют вместе с классическим иглоукальванием, но при этом используют специальные

пучки трав, в основном полыни. Поджигая эти пучки, врачи китайской медицины прогревают точки пересечения потоков жизненной силы, тем самым стимулируя их, при этом ароматы горящих трав также благотворно влияют на организм и психику человека (ароматерапия). В Китае также используется и более жёсткий метод моксотерапии – прижигание, при котором врачи используют специальные приборы, которые сильно нагревают кожу, но при этом не травмируют её. Моксотерапия усиливает кровообращение и насыщает тело энергией огня, изгоняет из организма холод. Моксотерапию применяют при ревматических заболеваниях, заболеваниях дыхательной и мочеполовой систем.

Иглокальвание также может быть использовано в косметических целях, особенно чтобы сбросить вес. Акупунктура помогает регулировать процесс обмена веществ и нервную систему, сдерживать чрезмерное выделение желудочной кислоты, что избавляет от чувства голода и усталости, а также иглокальвание эффективно регулирует эндокринную систему, что помогает быстрее похудеть. Долгое время иглокальвание было распространено только на территории Китая, но в XX веке получило популярность и в других странах как альтернативный метод лечения. Благодаря уникальному преимуществу иглотерапии, высокой эффективности вылечения, простоте в обращении, экономичности медицинских расходов и редких побочных эффектов, иглокальвание стало очень популярным методом лечения. На сегодняшний день иглотерапия распространена более чем в 140 странах и регионах мира и играет важную роль в охране здоровья всего человечества [1].

Стоит отметить, что все же существует много противников иглотерапии и людей, которые относятся к ней без доверия, так как учение о ци и Инь-Ян не соответствуют современным требованиям научности и доказательности. Также определённое количество учёных считает, что основой иглокальвания является эффект плацебо – что-либо без лечебных свойств, но действующее за счёт самовнушения человека. Из-за всего этого некоторые ученые считают акупунктуру псевдонаукой, Всемирная организация здравоохранения не уточняет ее научность, но говорит о том, что любой метод альтернативной медицины или нетрадиционной медицины должен иметь какие-либо доказательства своей эффективности. Но в 2003 году всё та же Всемирная организация здравоохранения опубликовала список болезней, на лечение которых благотворно влияет иглокальвание, к ним можно отнести мигрени и другие головные боли. Также в 2010 году ЮНЕСКО отнёс иглокальвание к одному из сокровищ нематериального культурного наследия человечества.

В настоящее время китайские врачи работают над терапией, которая соединяет китайскую и западную медицину. Западная медицина может

вылечить болезнь очень быстро, а китайская медицина может помочь быстро укрепить тело после болезни, поэтому объединение традиционных знаний и методов китайской медицины со знаниями и методами западноевропейской медицины повышает эффективность лечения. Объединение китайской и западной медицины – это пересекающаяся область китайской и западной медицины, а также новый рабочий курс Китая по вопросам здравоохранения. Объединение китайской и западной медицины образовало новую академическую систему с четкими целями развития и уникальной методологией.

Лауреат нобелевской премии по физиологии и медицине 2015 года китайский медик Ту в течение многих лет работала над исследованием комбинации китайско-западных лекарств и спасла миллионы жизней по всему миру, создав лекарство от малярии. Ту Юю долгое время изучала древние китайские трактаты, в одном из которых она нашла сведения о том, что экстракт полыни использовался для лечения многих болезней, но возможности его использования были ограничены условиями далёкого прошлого. Используя современные разработки и древние рецепты традиционной китайской медицины, она открыла артемизинин, который стал компонентом первого в мире эффективного лекарства от малярии. Китайское медицинское сообщество начало дискуссию по этому вопросу, когда возникли вопросы о том, является ли артемизинин китайским или западным лекарством, и Ту объяснила, что он был найден в древних медицинских книгах Китая, но был создан с помощью методов исследований западной медицины. Таким образом, это результат объединения китайской и западной медицины.

При лечении опухолей сочетание китайской и западной медицины приносит очень хорошие результаты, что было проверено во многих больницах Китая и Сингапура. Также в Китайской Народной Республике существует 82 медицинских университета, в которых самой популярной дисциплиной является объединение китайской и западной медицины, так как это перспективное направление, которое даёт возможность больному выздороветь гораздо быстрее. Терапия онкологических заболеваний в Китае сейчас находится на высоком уровне, потому что западный подход в медицине был дополнен подходом азиатским, который заключается в поисках причины заболевания, к которым относятся также и плохое питание, плохое эмоциональное состояние и общее плохое состояние организма – всё это плохо влияет на движение жизненной энергии по телу человека. В этой ситуации задача китайских медиков – восстановить баланс инь и ян человека. Очень полезна традиционная китайская медицина после вылечения раковой опухоли, использование акупунктуры и моксотерапии повышает метаболизм и улучшает иммунитет, помогает организму

восстановиться. Во время лечения онкологических заболеваний традиционная китайская медицина избавляет пациента от боли, улучшает его эмоциональное состояние, усиливает организм и помогает восстановить работу энергетических меридианов в теле человека, что для китайских врачей считается одним из важнейших шагов при лечении абсолютно любой болезни.

### **Список использованных источников**

1. Ахмеров, Н. У. Механизмы лечебных эффектов восточной культуры / Н. У. Ахмеров. – Казань: изд-во Казан. ун-та, 1991. – 303 с.
2. Да Цзян: Китайская традиционная медицина, европейская медицина и цзин, ци, шэнь в даосской мифологии [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://net.blogchina.com/blog/article/3031876>. – Дата доступа: 10.04.2022.