

**СОВРЕМЕННЫЕ И ДРЕВНЕВОСТОЧНЫЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЯ О ГОМЕОСТАЗЕ  
И ВЛИЯНИЕ НА НЕГО ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ**

*Анжель Сулейманович Усманов*

*МУЗ «Клиническая больница №2», 420033, г. Казань, ул. Музыкальная, д.13, e-mail: KLB2@KGTS.ru*

Реферат. Изложена приоритетная роль вегетативной нервной системы, обеспечивающей гомеостатическое равновесие организма. Освещена эволюция трактатов о гомеостазе с позиции представителей традиционной тибетской и китайской медицины, а также европейских мыслителей, в условиях физиологических процессов целебных сил организма, рационального, сбалансированного питания и физической активности.

Ключевые слова: вегетативная нервная система, гипоталамус, ретикулярная формация, гомеостаз, трофические нарушения.

ГОМЕОСТАЗ ТУРЫНДА БОРЫНГЫ КӨНЧЫГЫШ ••М  
Х•ЗЕРГЕ ЗАМАН КУЗАЛЛАУЛАРЫ. С•ЛАМ•Т ЯШ•У  
Р•ВЕШЕНЕ• ГОМЕОСТАЗГА Т•ЭСИРЕ

Анжель Сулейманович Усманов

№2 клиник хастахан•, 420033, Казан ш•һ•ре,  
Музыка урамы, 13-йорт, e-mail: klb2kgts.ru

Организмдагы гомеостатик тигезләнеше тәмин итүче вегетатив нерв системасының өстенлекле урыны тасвирлана. Организмдагы д•валаучы көчл•рне• физиологик процесслары, баланслы рациональ туклану һ•м физик активлык шартларында, тибет, кытай медицинасы в•килл•ре, шулай ук Европа акыл иял•ре күзлегенн•н карап, гомеостаз турындагы трактатларны• эволюциясе яктыртыла.

Төп төшенч•л•р: вегетатив нерв системасы, гипоталамус, ретикуляр формация, гомеостаз, трофик бозылышлар.

MODERN AND ANCIENT EASTERN CONCEPTIONS ON  
HOMEOSTASIS AND ITS DEPENDENCE ON HEALTHY  
WAY OF LIFE

Anzhel Suleimanovich Usmanov

Clinical hospital №2, 420033, Kazan,  
Musikalnaya street,13, e-mail: klb2@kgts.ru

There was shown a priority role of vegetative nervous system, ensuring homeostatic balance of the organism. Evolution of homeostatic treatises, viewed as by representatives of Tibetan, traditional Chinese medicine, as well as of European thinkers in conditions of physiologic processes of curative forces in the body, of rational and balanced nutrition and physical activity.

Key words: vegetative nervous system, hypothalamus, reticular formation, homeostasis, trophic lesions.

Клиницисту, особенно неврологу, важно знать, что дистрофические процессы возникают вследствие не только выпадения функции, но и наличия в организме очага раздражения: вегетативная нервная система (ВНС) может оказывать как тормозящее влияние на процессы анаболические, так и активизирующее воздействие на катаболические [7].

Все протекающие в организме процессы в условиях гомеостаза можно определить этими закономерностями живой материи. Анаболические и катаболические процессы в условиях сбалансированного гомеостаза протекают параллельно и взаимоуравновешенны. Гармоническое сочетание этих процессов между собой, правильное их чередование и есть трофизм [6].

ВНС ввиду разнообразия и многочисленности ее соотношений с функциями организма и тонкости механизмов, обеспечивающих гомеостатическое равновесие, и по сей день остается одной из наиболее актуальных и увлекательных областей в современной медицине [8]. В головном мозге нет четкого деления на симпатические и парасимпатические системы, как на периферии. Гипоталамус, являясь центром управления всех функций, регулирует витальные функции с участием ретикулярной формации, поддерживая внутреннюю среду организма, т.е. гомеостаз [3].

Совокупность существующих данных позволяет предположить наличие четырех способов воздействия на обмен веществ и функцию органов со стороны гипоталамо-гипофизарной системы: а) чисто невральная — через симпатические и парасимпатические структуры нервной системы; б) нервно-гуморальный — через воздействие промежуточного мозга на продукцию гормонов гипофиза; в) чисто гормональный — через гормоны гипофиза; г) гормоно-невральная — через воздействие гормонов гипофиза на промежуточный мозг. Так, например, гипоталамические центры оказывают воздействие на секрецию

глюкотропных гормонов, на процессы жирового, белкового и других видов обмена [9]. Гормон мелатонин образуется в шишковидной железе. Из него вырабатывается вещество серотонин. Мелатонин предохраняет клетки организма от повреждения и старения, повышает работоспособность, защитные силы организма, понижает ночью температуру тела, замедляет процессы старения [1]. Таким образом, ВНС регулирует витальные функции, которые поддерживают внутреннюю среду (гомеостаз).

Традиционная медицина, китайская и тибетская как наука выработала более 1000 лет назад определенные взгляды на здоровый и больной организм человека, на способы распознавания недугов (осмотр, ощупывание и правильные расспросы), пищу и питье, образ жизни, способы лечения и лекарства, обстановку, различные приспособления, необходимые для здорового и больного человека, и на определенные способы лечения со специально приспособленными к ним инструментами. Эти определенные взгляды явились следствием изучения всесторонней жизни человека, его физиологических отправлениях с момента зачатия до последнего мгновения его земного существования [2].

Изучая жизнь человека и сравнивая ее с жизнью органического мира, врачебная наука Тибета и Китая пришла к выводу, что жизнью следует называть целесообразную самодеятельность в органическом мире вообще и в организме человека в частности, направленную к самосохранению и вызванную проявлением особой силы. С современных позиций данное определение характеризует такое понятие, как гомеостаз. Любопытно сопоставить с этим определением понятия о жизни, его формулирование европейскими мыслителями [2]. Вот несколько таких определений: жизнь есть стремление к индивидуализации (Фридрих Вильгельм Иозеф фон Шеллинг — XVIII век); жизнь — есть совокупность явлений, следующих одно за другим в течение ограниченного времени в организованном теле (Мишель Ришерань — XIX век); жизнь есть двойное внутреннее движение соединения и разложения, вместе общее и непрерывное (Де Бленвиль — XVIII век); жизнь — есть ряд определенных и последовательных изменений как в строении так и в составе, которые совершаются в особи, не уничтожая ее тождества (Дж. Г. Люис); жизнь — есть непрерывное приспособление внутренних отношений к отношениям внешним (Спенсер).

Указанные взгляды мыслителей тождественны умозаключениям традиционной медицины. Целесообразная самодеятельность организма для своего предельного существования нуждается в непрерывном приходе и расходе. Первый по его значению в органическом мире должен считаться причиной жизни, а второй — ее следствием. Приход и расход вызывают следующие явления в живой «единице»: восприятие, уподобление, всасывание, усвоение, выделение и отделение, деятельность шести чувств, умственную и физическую деятельность. Эти явления могут существовать только при известных условиях и материалах: наличии теплоты, света, пространства, воздуха, воды и минералов. С современных позиций — это сложный процесс, характеризующий гомеостаз [2].

С древнейших времен в медицинской науке установлено «понятие» о целебной силе организма, которое предохраняет человека от заболеваний и устраняет болезненную причину (Гиппократ — IV век). Гален, подобно своему великому предшественнику Гиппократу, советует воздерживаться от вмешательства и предоставляет полную свободу целебной силе природы. Это гиппократовское положение в терапии сохранило свою актуальность и в наше время.

«... Только в случаях, когда целебные силы природы оказываются явно несостоятельными (дисбаланс гомеостаза), врач должен выступить из своего выжидательного положения и вмешаться в болезнь» (Парацельс — XVI век) [5].

Таким образом, еще древние целители отмечали, что совершенная слаженность и сбалансированность работы целого, непрерывно развивающегося организма, находящегося в динамическом уравнивании с переменными факторами внешней среды, осуществляется благодаря событиям, происходящим во внутренней среде (функции гомеостаза).

Основываясь на высказывании Гиппократа «Гимнастика, физические упражнения, ходьба должны прочно войти в повседневный быт каждого, кто хочет сохранить работоспособность, здоровье, полноценную и радостную жизнь», основоположник физического воспитания в России П.Ф. Лесгафт [4] определил значение физической активности в повседневной жизни для сохранения и поддержания гомеостаза:

- деятельность всех органов человеческого тела, а вместе с этим форма и объем их увеличиваются, если они постепенно и последовательно

возбуждаются, и если приход всех активных частей органов соответствует расходу (закон последовательности и постепенности);

- только при гармоничном развитии всех органов и систем организм человека в состоянии совершенствоваться и производить наибольшую работу при наименьшей трате материала и силы (закон гармонии). Не менее важную роль в этой деятельности играют органы дыхания и кровообращения, а также нервной системы.

Имеется взаимообусловленность всех органов и систем организма и более широкое и многообразное влияние физической деятельности на развитие всех систем организма, формирование физиологического гомеостаза, сложный, сбалансированный симбиоз органов и систем. Таким образом, исторически было установлено, что состояние организма связано с его гомеостазом, который находится в динамической связи с внутренними и внешними факторами и управляется вегетативной нервной системой организма.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. *Акст, П.* Теория жизненной силы / П. Акст, М. Акст-Гадермони М. — Мюнхен, 2007. — 142 с.
2. *Бадмаев П.А.* Основы врачебной науки Тибета. Жуд-Ши. — М.: Наука, 1991. — 156 с.
3. *Дуус П.* Топический диагноз в неврологии. — Издательство Зар-Ферро, 1997. — 380 с.
4. *Лесгафт П.Ф.* Нейроиммунные связи в нормальном и патологическом гомеостазе / Избранные труды. — М.: Физкультура и спорт, 1987. — 358 с.
5. *Мечников И.И.* Пессимизм и оптимизм. О целебных силах организма. — М.: Советская Россия, 1989. — 637 с.
6. *Орбели Л.А.* Адаптационно-трофическая функция нервной системы. — БМЭ, 1935. — С. 32, 858.
7. *Четверяков Н.С.* Вегетативная нервная система. М.: Медицина, 1968. — 306 с.
8. *Шаргородский Л.Я.* Основы морфологии вегетативной нервной системы. — М.: Госиздат, 1940. — 89 с.
9. *Шаргородский Л.Я.* Вегетативная нервная система. — М.: Госиздат, 1955. — 109 с.

Поступила 07.07.09.

