

СОВРЕМЕННАЯ ИНТЕГРАТИВНАЯ ТЕРАПИЯ

П.П. Горбенко

Оставаясь сторонниками традиционной медицины, по сути своей являющейся натуротерапией, мы считаем необходимым объединить все лучшие философские, теоретические и практические подходы, методики, технологии, созданные ранее и в наше время, на Востоке и Западе. Нет необходимости разделять медицину на традиционную и современную, противопоставляя то, что не должно противопоставляться – эффективные технологии оздоровления и лечения.

Будущее медицины видится нам как синтез технологий оздоровления, натуротерапии и фармакотерапии. Современный терапевт должен быть интегративным специалистом по оздоровлению и лечению, а не специалистом по заболеваниям отдельных органов / кардиолог, пульмонолог, гастроэнтеролог и др. / или отдельным методикам / фитотерапевт, гирудотерапевт, мануальный терапевт и др. /.

Интегративный терапевт должен стать ключевой фигурой современной медицины определяющей стратегию и тактику ведения пациента, работающей самостоятельно, а в большей части случаев в команде со специалистом по здоровью, натуротерапевтом /натуропатом/, фармакотерапевтом, специалистом по тестированию здоровья и функциональной диагностике и при необходимости другими специалистами.

Базисом интегративной терапии является высокий уровень культуры здоровья населения, и двуединый поток высоких технологий оздоровления, натуротерапии, фармакотерапии и высококвалифицированных специалистов интегративных терапевтов, валеологов, натуротерапевтов, фармакотерапевтов и др.

Пока в идеальном варианте, а в будущем повсеместно, уважающий себя здоровый человек должен иметь персональную оздоровительную

программу, разработанную валеологом, а в случае угрозы или возникновении заболевания интегративный терапевт самостоятельно или совместно с натуротерапевтом /натуропатом/ и фармакотерапевтом разрабатывает персональную программу лечения.

Наиболее сложная проблема, которую мы решали последние годы это создание теории и практической модели управления здоровьем и эффективной терапии заболеваний. Подходы существующей терапии очень просты. Она является фармакотерапией, узкоспециализирована и симптоматична. Практически не занимаясь устранением причины заболевания, устраняет его симптомы, что в значительной части случаев ведет к хронизации и прогрессированию болезни. Фармакотерапия несомненно эффективна как терапия острых состояний и мало эффективна в профилактике и лечении хронических заболеваний.

В основу созданной нами системы управления здоровьем и натуротерапии положены следующие подходы:

-Здоровье и болезнь, противоположные состояния, находящиеся в единстве и борьбе противоположностей. Больше здоровья – меньше болезни и наоборот.

-Человек живет в двух мирах – внутреннем и внешнем. Он является частью природы и находится в единстве с ней, в единстве энергии жизни с энергией Солнца и Земли.

Состояние внутреннего мира определяют родители. Они передают нам сформированную многими тысячелетиями систему организации и защиты организма. В дальнейшем развитие человека в значительной степени зависит от состояния среды жизнедеятельности, которая определяется государством, обществом и природными факторами. Она включает внешнюю безопасность, внутреннюю безопасность, экологию, питание, транспорт, жилье, образование, уровень доходов и многое другое.

Таким образом, внутреннее качество человека, а оно определяется интегративным показателем здоровья, зависит от качества среды жизнедеятельности, т.е. качества жизни. Поэтому вопросы качества жизни, все нормативы, стандарты, организационные решения должны рассматриваться с учетом их положительного влияния на физическое и психическое здоровье человека.

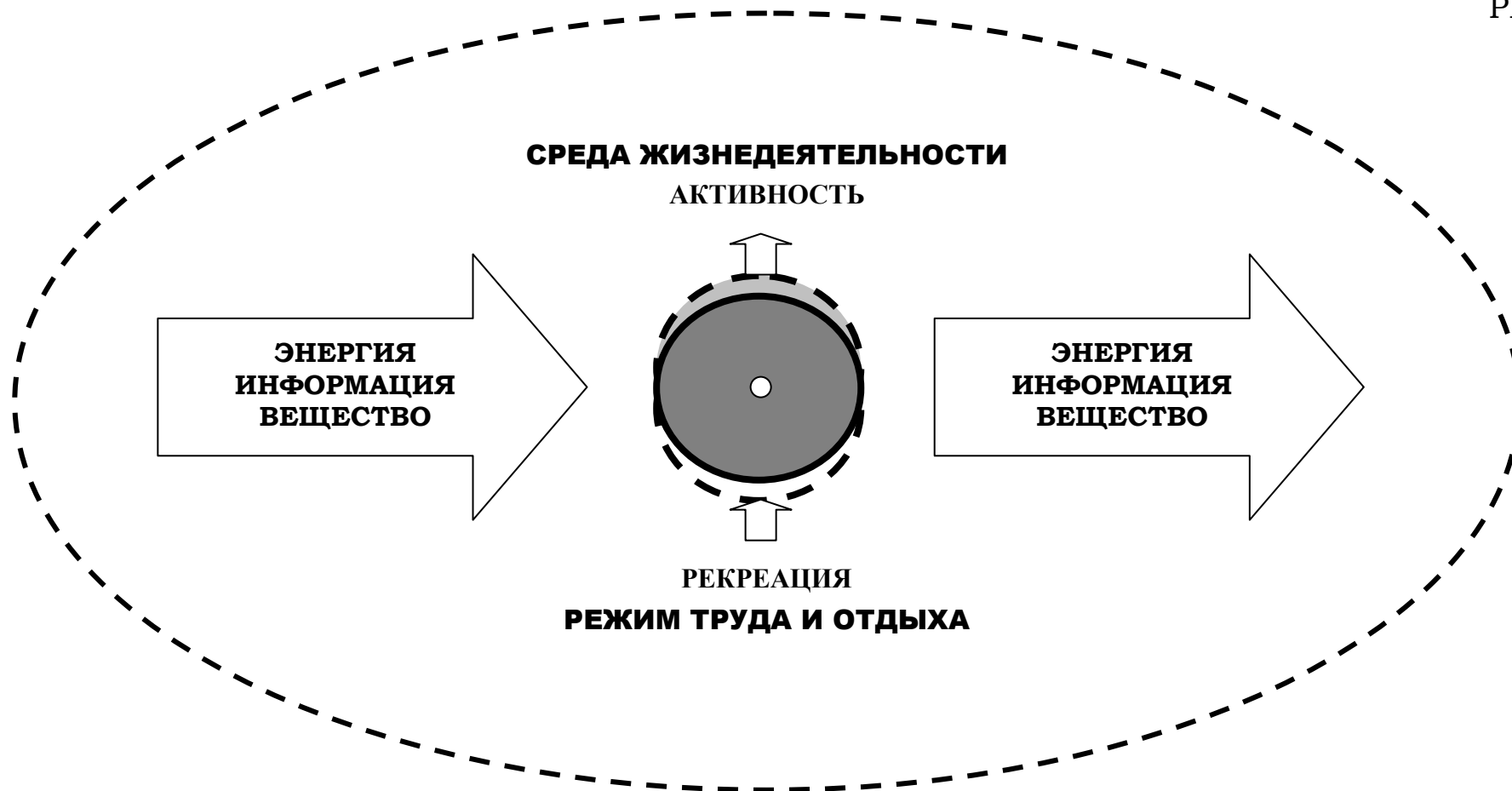
Благополучное государство обеспечивает своим гражданам высокое качество жизни, т.е. дает возможность нормально развиваться, быть здоровыми и долго жить. Государство и общество, не видящие свою основную ценность в здоровом человеке и населении в целом деформирует личность, и он теряет здоровье, умственную и физическую работоспособность и достаточно быстро жизнь.

Модель жизнеобеспечения и управления здоровьем рассматривает организм человека как самоорганизованную энергоинформационную систему потребляющую энергию, информацию и вещество, аккумулирующую и перерабатывающую энергию в энергию разума и энергию движения, а также выделяющую энергию, информацию и вещество / рис.1 /. Организм пребывает в состоянии активности или отдыха. Он находится в определенной среде обитания и имеет определенный режим работы.

Управление потоками потребления и выделения и есть основа жизнеобеспечения человека, а сохранение и укрепление здоровья осуществляется путем управления / рис.2 / здоровым питанием/потреблением энергии, информации и вещества/, выделением энергии, информации и вещества, физической активностью, рекреацией (отдых, восстановление), режимом труда и отдыха, здоровой средой жизнедеятельности.

МОДЕЛЬ ЖИЗНЕОБЕСПЕЧЕНИЯ И УПРАВЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЕМ

РИС.1



ОЗДОРОВЛЕНИЕ И ЛЕЧЕНИЕ

РИС.2

ЗДОРОВЫЕ	БОЛЬНЫЕ
ОЗДОРОВЛЕНИЕ	ЛЕЧЕНИЕ (ФАРМАКО – И НАТУРОТЕРАПИЯ)
ПРОГРАММА «ЗДОРОВЫЙ МИР®»	БАЗИСНАЯ НАТУРОТЕРАПИЯ
ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ	ДИЕТИЧЕСКАЯ ТЕРАПИЯ
ОЧИЩЕНИЕ	ЭФФЕРЕНТНАЯ ТЕРАПИЯ
ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ФИЗКУЛЬТУРА	ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗКУЛЬТУРА
РЕКРЕАЦИЯ	ВОССТАНОВИТЕЛЬНАЯ ТЕРАПИЯ
ПСИХИЧЕСКОЕ ОЗДОРОВЛЕНИЕ	ПСИХОТЕРАПИЯ
ЗДОРОВАЯ СРЕДА ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ	
РЕЖИМ ТРУДА И ОТДЫХА	
	СПЕЦИАЛЬНАЯ НАТУРОТЕРАПИЯ
	ФИТОТЕРАПИЯ, БИОТЕРАПИЯ, ГОМЕОПАТИЯ, МАНУАЛЬНАЯ ТЕРАПИЯ, ГИДРО-, ТЕРМО-, АЭРО-, ГЕЛИОТЕРАПИЯ и др.

Важнейшей составляющей жизнедеятельности человека является обеспечение его психического здоровья. Указанная индивидуальная, интегративная и комплексная технология сохранения и укрепления здоровья получила название «Здоровый мир®».

Основой системы сохранения и укрепления здоровья является разработка и реализация для каждого человека как можно раньше персональной оздоровительной программы. Сегодня люди, желающие быть здоровыми, самостоятельно или с помощью также как и в здравоохранении узких специалистов от аэробики, фитнеса, шейпинга, ряда восточных систем оздоровления и других пытаются создать себе систему обеспечения здоровья и продления жизни. Однако понятно, что ни один узкий специалист самого высокого уровня подготовки не в состоянии эффективно управлять здоровьем и не может для конкретного человека разработать эффективную оздоровительную программу.

Сейчас важнейшим показателем развития цивилизации, общей культуры и культуры здоровья должно стать появление наряду с интегративным терапевтом / специалистом по болезням / интегративного специалиста по здоровью – валеолога. Основными задачами валеолога является пропаганда культуры здоровья, тестирование и мониторинг физического и психического здоровья, разработка и коррекция персональных оздоровительных программ, а также их реализация самостоятельно или в команде со специалистом по здоровому питанию, оздоровительной физической культуре, психологом и др.

Технология разработанной нами персональной оздоровительной программы «Здоровый мир®» предусматривает:

- мотивацию на здоровую, качественную и долгую жизнь;
- тестирование физического, психического здоровья и качества жизни /скрининг, обследование, само- и взаимоконтроль/;

- оздоровительную программу, включающую все семь основных составляющих оздоровления /здоровое питание, выделение, физическую культуру, рекреацию, психическое оздоровление, здоровую среду жизнедеятельности, режим труда и отдыха /;

- мониторинг и оценку здоровья и качества жизни.

Персональная оздоровительная программа разрабатывается в общем на всю жизнь, конкретно на год и детально на несколько месяцев и реализуется по принципу «дом – клуб здоровья - санаторий». Временным ориентиром программы «Здоровый мир®» является формула «2-2-2»:

- два раза в день – 20 минут здоровья;
- два раза в неделю – клуб здоровья;
- два раза в год – оздоровительный отдых.

Благодаря мотивации на здоровую, качественную и продолжительную жизнь, реализации персональной оздоровительной программы, диспансеризации и мероприятиям по профилактике заболеваний человек как можно дольше должен оставаться здоровым и активным в социальном и бытовом плане, а в случае возникновения заболевания ему должна быть оказана эффективная лечебная помощь с последующей реабилитацией и вторичной профилактикой.

Важнейшей составляющей современных программ первичной профилактики, лечения, реабилитации и вторичной профилактики является натуральная терапия. Натуротерапия – использование с лечебной целью природных факторов в натуральном или преформированном виде, а также возможностей человека к самоисцелению и исцелению других. Она предусматривает персональный и интегративный подход, комплексность и этапность лечения.

Натуротерапия основывается на четырех фундаментальных принципах понимания болезни:

1. Болезнь – защитная реакция организма, его стремление самоизлечиться;

2. Острые заболевания – реакция восстановления и очищения, хронические – реакция адаптации к вредным факторам внешней и/или внутренней среды организма;
3. Причиной заболеваний является снижение или нарушение процессов самоорганизации организма;
4. Излечение хронических заболеваний проходит через их обострение.

Натуротерапия состоит из двух основных частей: базисной и специальной / рис.2 /. Базисная натуротерапия включает: диетическую терапию, эфферентную терапию, лечебную физическую культуру, восстановительную терапию и психотерапию. К методам специальной натуротерапии относятся: фитотерапия, биотерапия, гомеопатия, мануальная терапия, термо-, гидро-, аэро-, гелиотерапия и многие другие виды натурального лечения.

Принципиальным отличием предлагаемой нами технологии натуротерапии от существующего немедикаментозного лечения, физиотерапии, восстановительной медицины, санаторно-курортных и большинства других терапевтических технологий, представляющих собой бессистемный набор методик, является ее интегративность основанная на разработанной нами модели жизнеобеспечения и управления здоровьем. Указанная модель является основой базисной натуротерапии. Специальная натуротерапия в большей степени воздействует на пять уровней функционирования организма: энергоинформационный, биохимический, клеточный, организменный и психический и направлена на коррекцию определенных этиопатогенетических механизмов заболевания.

Современный натуротерапевт обязательно и в полном объеме назначает пациентам базисную натуротерапию, а что касается специальной натуротерапии то выбор ее методик во многом связан с увлечением (специализацией) врача (фитотерапия, биотерапия, гомеопатия и др.), а также уровнем его подготовки.

Исходя из изложенного, система сохранения и укрепления здоровья и медицинской помощи базируется на реализации персональных оздоровительных программ, разрабатываемых и реализуемых валеологом, а лечение заболеваний осуществляется интегративным терапевтом или командой специалистов на основе современных технологий фармако- и натуротерапии.

ГОРБЕНКО ПАВЕЛ ПЕТРОВИЧ
доктор медицинских наук, профессор

НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИНСТИТУТ ЗДОРОВЬЯ
197101, Санкт-Петербург, ул. Льва Толстого, 10
Телефон/факс (812) 313-08-59

<http://www.nih.ru>, <http://www.cnih.ru>, <http://www.gorbenko.ru>
E-mail: ppgorbenko@mail.ru, info.nih@ya.ru