

# Медики против альтернативной медицины: почему на самом деле.

## Что такое медицина и антимедицина

Ну что, настало время поговорить об антимедицине подробнее.

Что такое медицина? **Медицина** это область науки и практики (искусства/ремесла), касающаяся здоровья и болезней человека, способов избавиться от болезней и сохранить здоровье. Поскольку медицина – это **область науки**, то она мыслима в контексте научной картины мира, во взаимосвязи с другими областями науки (биологией, физикой, химией и др.). Так и будем понимать медицину.

Сейчас в обществе бытует (а можно сказать – «насаждается», и это не будет ошибкой) мнение о разделении медицины на части – традиционную и нетрадиционную, официальную и неофициальную, народную и... (Какую? Антинародную?). В использовании этих терминов много путаницы (так, в Красноярском мед. ВУЗе соответствующая кафедра называлась то кафедрой нетрадиционной медицины, то кафедрой традиционной). Подобное мнение о разделении медицины ошибочно. Медицина (см. определение выше) едина, она вбирает в себя и основывается изначально на эмпирических познаниях («народные» рецепты), подтвержденных, улучшенных и очищенных от лишнего затем научными методами. Кроме медицины существует большая область неких околomedicalных знаний и практик, которые основываются на эмпирическом опыте, невежестве и суевериях. Совокупность этих вещей мы будем называть «**альтернативной медициной**» (именно так, в кавычках). Сам термин «альтернативная медицина» запущен в оборот сторонниками околomedicalных и псевдомедицинских методов и идей, для того чтобы создать впечатление, будто их методы являются как бы достойной (не худшей, а может быть и лучшей) альтернативой медицине. Сторонники «альтернативной медицины» не любят медицину (настоящую; далее – просто медицину), и используют для обозначения медицины разные ярлыки (самый безобидный - «официальная»). Они не любят медицину потому, что при развитой медицине никому не нужны будут их странные методы. Поэтому они берут на вооружение **антимедицину** – систему идей, порочащих медицину и все, что с ней связано. Антимедицина идет рука об руку с прославлением «альтернативной медицины», однако ее используют не только представители «альтернативной медицины», но и... как ни странно, само наше государство. Для него антимедицина является тем инструментом, при

помощи которого оно подрывает доверие народа к медицине, что необходимо ему для более успешного и безболезненного «реформирования» данной отрасли.

Прежде чем перейти к описанию методов антимедицины, ответим еще на некоторые вопросы.

*Вопрос 1. Чем «альтернативная медицина» отличается от медицины?*

- Теория медицины является частью научной картины мира, взаимосвязана с другими областями знания. «Альтернативная медицина» не имеет единой теории, а ее теоретическое обоснование является мозаичной совокупностью отдельных, часто противоречащих друг другу, фрагментов лженауки, суеверия и примитивного знания.

- Практика медицины четко обоснована ее теорией. Практика «альтернативной медицины» часто вовсе не имеет внятного теоретического обоснования. Знание подменено верой, суеверием.

- Практика медицины имеет доказательную базу. Все методы и средства медицины обладают доказанной клинической эффективностью. Практика «альтернативной медицины» не имеет доказательной базы. В отношении части методов «альтернативной медицины», можно сказать, что их эффективность на практике никогда не исследовалась, в отношении другой части – что исследования их эффективности доказали крайне низкий их положительный эффект, в сравнении с методами медицины, либо отсутствие положительного эффекта, либо даже наличие отрицательного (сторонниками «альтернативной медицины» подобные факты скрываются).

- Качество «альтернативной медицины» (как системы методик, используемых для лечения и поддержания здоровья) существенно ниже, чем качество медицины. В отношении ряда методов «альтернативной медицины» это качество имеет отрицательный знак (т.е., они несут вред для здоровья).

*Вопрос 2. Чем плоха «альтернативная медицина»?*

- «Альтернативная медицина» может являться заменой медицины только в том случае, когда полностью отсутствует возможность прибегнуть к услугам медицины. В этом случае такая замена будет оправдана, т.к. «альтернативная медицина» лучше, чем ничего. Однако, сторонники «альтернативной медицины» пропагандируют целесообразность

(чаще даже необходимость) замены «альтернативной медициной» медицины нормальной, т.е. отказа от медицины в пользу «альтернативной медицины». Такая замена на практике может привести (и приводит) только к ухудшению здоровья людей. Например, больной отказывается от лечения в пользу методов «альтернативной медицины», в результате его здоровье ухудшается. В масштабах общества то же самое – разрушение системы медицины и частичная замена ее «альтернативной медициной» ведет к росту заболеваемости, смертности, ухудшению других показателей (и наоборот; это подтверждает статистика). Приведем пример. В России с середины 90-х гг. прошлого века медицина подвергается постепенному разрушению, в то время как различные виды «альтернативной медицины» цветут буйным цветом. Казалось бы, при таком раскладе все мы должны чудовищно оздоровиться, однако объективные данные свидетельствуют об обратном – показатели заболеваемости и смертности возросли в разы и на порядки (!, напр., в части ряда социально-значимых заболеваний), продолжительность жизни снизилась. Другой пример – Китай. Китайская народная медицина насчитывает многотысячелетнюю историю, она настолько сильна, что ее знают и уважают по всему миру, однако снижение показателей заболеваемости и рост продолжительности жизни (вдвое) наблюдается в Китае только в течение последних менее чем ста лет. Это заслуга не древних народных методик, а современной научной медицины. Конечно, состояние медицины не является единственным фактором, влияющим на здоровье населения, однако корреляция между этими показателями очевидна. При этом хочется отметить, что отдельные методы «альтернативной медицины» (напр., питье керосина) не могут быть использованы для лечения даже при невозможности прибегнуть к медицине – они несут только вред.

- «Альтернативная медицина» построена на невежестве и обмане. Склонение к «альтернативной медицине» заставляет больного человека неэффективно (в сравнении с затратами на медицину для достижения того же результата) расходовать свое время и деньги.

- «Альтернативная медицина» подрывает в людях рациональность, заставляет их отказываться от навыков рационального, критического мышления, отказываться от познания в пользу слепой веры. А также внедряет в сознание людей заведомо ложные установки, основанные на мистике, лженауке и суеверии.

*Вопрос 3. Какие факторы ведут к распространению «альтернативной медицины» в обществе, в частности в нашей стране?*

- Ухудшение качества медицины. В нашей стране процесс «реформирования» здравоохранения идет на протяжении последних полутора десятилетий, очередной важный этап запланирован в 2011-2013 гг. Результатом этого «реформирования» является ухудшение качества медицины и снижение ее доступности.

- Отдельно хотелось бы выделить ухудшение качества медицинского образования. Тенденцией становится появление «специалистов по медицине», не обладающих достаточным количеством специальных знаний, но при этом «зараженных» идеями «альтернативной медицины».

- Инициатива государства по пропаганде идей «альтернативной медицины». Эта инициатива хорошо видна на примере распространения БАД и гомеопатических средств. Также хорошим примером является выдача государственных лицензий «знахарям» и «народным целителям».

- Коммерциализация здравоохранения. Методики «альтернативной медицины» способны приносить большую прибыль при гораздо меньших затратах. Напр., сравним лекарство и БАД (БАДы в том виде, в каком они объективно существуют в России сегодня, безусловно относятся к «альтернативной медицине»). Чтоб создать, испытать и выпустить лекарство надо понести немало расходов (стоимость компонентов входящих в его состав, стоимость исследований и т.п.), в то время как для создания БАДа достаточно смешать несколько копеечных ингредиентов, а испытания же не нужны вовсе (т.е. затраты низкие). При этом стоимость лекарства нередко оказывается ниже, чем стоимость БАД. Таким образом, производитель БАД, в сравнении с производителем лекарства, может получать колоссальную прибыль. В случае, когда забота о собственном кармане является единственным значимым приоритетом для работника сферы здравоохранения, «альтернативная медицина» нередко получает преимущество.

- Снижение общего уровня культуры и грамотности.

- Распространение в обществе идей антимедицины, дискредитация науки, медицины, государственного здравоохранения.

Перечисленные факторы действуют взаимосоливаясь, как бы переходя один в другой. Так, преподавание гомеопатии в некоторых мед. ВУЗах является примером снижения качества медицинского образования, что ведет к ухудшению качества медицины (т.к.

наученные таким образом специалисты пойдут работать в систему медицины), а также снижению грамотности населения (люди думают, что гомеопатия имеет отношение к медицине) и распространению антимедицинских идей (гомеопатия, как и другие методы «альтернативной медицины», пытается «играть» на противопоставлении медицине). Появление лицензированных государством «знахарей» ставит под удар систему научных и медицинских знаний (государство признает существование магии, волшебства и т.п., в т.ч. как альтернативы медицине, тем самым оно отрицает авторитет науки), что способствует снижению уровня культуры и грамотности, распространению антимедицины. Примеры можно продолжать.

Теперь давайте подробнее об антимедицине.

Как уже говорилось, антимедицина является важным инструментом в руках сторонников «альтернативной медицины». При этом хотелось бы подчеркнуть, что используя антимедицину в своих интересах, сторонники «альтернативной медицины» демонстрирует дефект логики – из низкого качества медицины никак не вытекает высокая эффективность «альтернативных» методик; даже если кому-либо удалось бы доказать, что все методы медицины не эффективны, то эффективность методов «альтернативной медицины» все равно необходимо доказывать отдельно. Сторонники «альтернативной медицины», как правило, не обладают такими доказательствами (нет эффективности – не может быть и ее доказательств), они, используя антимедицину, апеллируют не к логике, а к невежеству и эмоциям. Они стремятся подорвать у больного веру в медицину, таким образом заставить его искать какое-то другое средство для решения проблем со здоровьем, искать альтернативу. Такого человека легче заставить поверить в эффективность всяких странных методик.

Ниже рассмотрим основные тезисы, которые встречаются в антимедицинских выступлениях сторонников «альтернативной медицины», то, что можно условно назвать их аргументами. Можно их также назвать антимедицинскими мифами. Антимедицинские мифы сторонников «альтернативной медицины» тесно переплетаются и являются неотъемлемой частью других мифов, восхваляющих их собственные методики, поэтому мы будем рассматривать те и другие в комплексе.

### ***1. О всемирной медицинской мафии.***

Суть данного мифа в следующем. Существует некий глобальный заговор против человечества, в котором участвуют врачи и представители фармацевтических концернов. Эти мерзавцы не хотят, чтобы люди становились здоровее, а наоборот хотят, чтобы люди больше болели, т.к. в этом случае они смогут получать большую прибыль. Для достижения своих грязных целей они специально производят и распространяют лекарства и др. методы лечения, которые ничего не лечат, а ведут только к ухудшению здоровья людей и в то же время, они препятствуют распространению тех методик, которые могли бы на самом деле всех оздоровить (методик «альтернативной медицины»). Представитель «альтернативной медицины» выступают тут как истинные, честные и бескорыстные борцы за благо всего человечества, которое без сомнения, было бы уже давно спасено от всех болезней, если бы раскинувшая повсюду свои щупальца медико-фармацевтическая мафия.

Несмотря на явную бредовость этой теории (назовем ее – **теория медицинского заговора**), она все же содержит некое рациональное зернышко, а также она находит своих сторонников (в т.ч., среди людей формально психически здоровых), поэтому о ней придется поговорить.

Прежде всего, надо сказать, что теория медицинского заговора ее сторонниками никак не доказывается. Их аргументы, если вникнуть в их суть, примерно таковы – им (врачам и производителям лекарств) выгодно чтобы мы болели (это дает им прибыль), следовательно они все делают для того чтобы мы болели. Аргументация слабовата, для суда не подойдет (Иванову было выгодно, чтобы Петров умер, следовательно, Иванов его и убил, ни алиби, ни что иное его не оправдает). Уже на этом этапе можно было бы оборвать дискуссию со сторонниками теории медицинского заговора как беспредметную. Однако, мы все равно посвятим возражению на эту теорию целый раздел, для общества это важно.

Нельзя не отметить, что теории всеобщего заговора действительно характерны для мышления больных с определенными видами психической патологии (в частности, при шизофрении). Такому человеку кажется что все, происходящее вокруг, является частью некой системы, настроенной против него. Любое слово любого человека он способен истолковать как скрытый намек, любое действие кажется ему попыткой причинить ему вред. Глобальность бреда сочетается в таких теориях с его нелепостью. Например, больному кажется, что за ним охотятся спецслужбы, он постоянно находится под колпаком, любой взгляд незнакомого человека он считает проявлением слежки, однако при этом он не в состоянии внятно пояснить для чего, по его мнению задействованы такие

большие силы, что в нем такого, чтобы ради него устраивать операцию подобного масштаба. В антимедицинской теории всеобщего заговора подобное сочетание также имеет место – ни на чем не основанная убежденность сторонника «альтернативной медицины» в том, что его методики чрезвычайно значимы и медицинская мафия готова предпринять большие усилия, только чтоб не дать им получить популярность, сродни убежденности нашего больного в том, что он в чем-то настолько уникален, что могущественные спецслужбы готовы перевернуть все вверх дном, только для того чтобы не дать ему спокойно жить.

Беседуя со сторонником теории всемирного заговора врачей-вредителей, хочется спросить его, как он себе представляет роль и место в этой системе обычных врачей в поликлиниках, обычных сотрудников аптек, научных сотрудников медицинских кафедр и т.п. Ведь если принять за аксиому, что методы медицины на самом деле неэффективны и несут вред, а методы «альтернативной медицины» - эффективны и способны оздоровить человечество, то нужно признать истинным одно из следующих утверждений. Либо рядовые врачи назначают лекарства, которые на самом деле не эффективны и вредны, но при этом странным образом не замечают данного обстоятельства, пребывают в убеждении, что наоборот эти лекарства помогают людям. Либо же врачи знают, что лекарства не помогают и вредят, но все равно назначают их. В первом случае надо признать, что все врачи являются полными идиотами, они неспособны понять помогает ли на самом деле лекарство, которое они используют, а знания, полученные ими за 6-8 лет обучения в мед. ВУЗе, ничего не стоят по сравнению с глубочайшими познаниями сторонника «альтернативной медицины», который часто из образования имеет только три класса церковно-приходской школы и младшие командирские курсы (вариант – диплом «нутрициолога» купленный в Интернете за 150\$ или личное обучение у какого-нибудь просветленного гуру, трагически прерванное из-за помещения последнего в психбольницу). Во втором же случае мы должны признать, что каждый раз, выписывая рецепт пенсионеру-льготнику, терапевт в поликлинике злорадно ухмыляется и бормочет про себя нечто вроде: «Пей, пей эти таблеточки, ничтожное существо, теперь ты точно никогда не поправишься, будешь вечным рабом фармконцерна, да здравствует всемогущая медицинская мафия!». Как видим, теория медицинского заговора, будучи доведенной до логического конца является абсурдной, если кто-либо будет высказывать ее нам в таком виде, то мы сразу поймем что перед нами больной человек и не станем воспринимать его рассуждения всерьез. Поэтому сторонники «альтернативной медицины», применяющие данную теорию в своих интересах, стараются использовать ее отдельные части, как бы

вытекающие из нее тезисы, при необходимости же их обосновать или сформулировать свою концепцию полностью, они быстро уходят в сторону. А также они используют более мягкий вариант своей «теории заговора», который можно условно назвать «теорией замалчивания», о чем подробнее будет сказано ниже.

Теория медицинского заговора могла бы как-то проецироваться на реальность, если бы существовала реальная вероятность потери в короткое время прибылей медицины. Такой вероятности нет, поскольку стремление к совершенству (в нашем случае - к идеальному здоровью) ведет в бесконечность, каковы бы не были успехи медицины, ей всегда будет, чем заниматься (продление жизни и замедление старения, повышение устойчивости организма к неблагоприятным факторам среды, увеличение его физических возможностей и т.п.). А также для существования антимедицинского заговора нужно было бы единое руководство и вовлечение огромного числа лиц. Это также чушь, поскольку врачу, сидящему в поликлинике на окладе, нет никакого дела до прибылей европейского (американского, индийского, московского) буржуа, хозяина производства того или иного лекарства. Этот врач хотел бы, чтоб его больные поскорее вылечились, чтоб были здоровы и говорили ему спасибо, тогда и он может быть почувствовал бы себя немного свободнее и легче, ему может быть не пришлось бы писать дома карточки до полуночи или оставаться ночевать в кабинете (это не выдумка, все из жизни), чтобы справиться с нагрузкой, взваленной на него благодаря очередной мудрой и человеколюбивой «реформе». Что же касается коммерческого интереса, то как раз для сторонников «альтернативной медицины» этот мотив является весьма актуальным, что и вынуждает их идти на антимедицинские ухищрения (прибыль торговца БАД, в отличие от врача государственного здравоохранения, напрямую зависит от количества клиентов, а продать свой товар человеку разочарованному в медицине у него шансов гораздо больше). Так что, эпитет «честные и бескорыстные» применительно к сторонникам «альтернативной медицины» не уместен.

Рациональное зерно, которое содержит в себе теория медицинского заговора (и которое позволяет ей проникать в умы людей) заключается в следующем. Действительно, капиталисту, которому принадлежит завод по производству тех или иных лекарств, нет никакого особого дела до здоровья людей. Здоровье людей волнует его только в контексте его собственных прибылей – если для увеличения прибыли ему будет выгодно, чтоб людей здоровели, он будет ратовать за их оздоровление, если же для увеличения прибыли ему будет выгодно, чтоб все были больны, то он будет радоваться (и способствовать по мере возможности) росту заболеваемости. В капиталистических странах капиталисты

являются правящим классом, им принадлежат СМИ (средство влияния на общественное мнение), они также имеют рычаги прямого влияния на все виды власти (фактически сами являются властью). При этом хочется отметить, что у буржуа, скажем, владеющего компанией «Vision International People Group», нисколько не больше желания заботиться о здоровье простых людей, чем у буржуа, владеющего каким-нибудь фармконцерном. Для любого капиталиста важнее всего его собственная прибыль. Поэтому здравый смысл требует, чтоб в число «заговорщиков» были включены и все деятели «альтернативной медицины», получающие прибыль от распространения своих средств. Однако, невозможно представить, чтоб в погоне за прибылью капиталистам удалось убедить всех людей в необходимости применения якобы лечебных средств, которые на самом деле не лечат, так же как феодалам и церковникам, несмотря на всю сосредоточенную у них власть, не удалось на определенном этапе общественного развития убедить людей в том, что земля плоская, а власть аристократов от бога.

## **2. О «теории замалчивания» и борьбе идей**

...

*- Ну, учись на трубе, если тебе нравится, - согласился Гуся.*

*- А зачем мне учиться? Я и так умею, - ответил Незнайка.*

*- Да нет, ты еще не умеешь.*

*- Умею, умею! Вот послушай! – закричал Незнайка и принялся изо всех сил дуть в трубу: -*

*Бу-бу-бу! Гу-гу-гу-у!*

*-Ты просто трубишь, а не играешь, - ответил Гуся.*

*- Как не играю? – обиделся Незнайка. – Очень даже хорошо играю! Громко!*

*- Эх, ты! Тут дело не в том, чтоб было громко. Надо, чтоб было красиво.*

*- Так у меня ведь и получается красиво.*

*- И совсем не красиво, - сказал Гуся. – Ты, я вижу, совсем не способен к музыке.*

*- Это ты не способен! – рассердился Незнайка. – Ты просто из зависти так говоришь.  
Тебе хочется, чтоб тебя одного слушали и хвалили.*

*Н. Носов. Приключения Незнайки и его друзей*

Поскольку идея о всемирном медицинском заговоре выглядит слишком нелепо и отдает паранойей, сторонники «альтернативной медицины» часто используют ее более мягкий вариант, который можно условно назвать **теорией замалчивания**. Сторонники этого варианта не делают акцента на всемирности заговора и стремлении врачей к вредительству, но настаивают на мысли о том, что прогрессивные идеи «альтернативной медицины» не могут получить достаточного распространения, поскольку они замалчиваются и всячески угнетаются - представителями медицинской мафии, учеными и врачами – ретроградами, неспособными новаторски мыслить, боящимися потерять свои насиженные места, прибыли и т.п.

Если теория заговора слишком нелепа сама по себе и у здравомыслящего человека вызывает отторжение уже на этапе первого знакомства с нею, то теория замалчивания выглядит более рациональной, имеющей право на существование. В самом деле, в тезисе сторонника «альтернативной медицины», утверждающего, что его прогрессивные методики замалчиваются и подвергаются гонениями, поскольку мешают определенным группам лиц в удовлетворении их корыстных интересов, нет ничего откровенно нелепого. Его несоответствие реальности можно увидеть только при более внимательном рассмотрении. Слабое место данного тезиса заключается в применении слова «прогрессивные» по отношению к методикам альтернативной медицины. Без утверждения прогрессивности данных методик (что подразумевает их лучший эффект по сравнению с методиками медицины) и сам тезис теряет смысл – если данные методики не являются более эффективными, то и стремление не пользоваться ими, отодвинуть их на задний план по сравнению с методиками медицины или вовсе выбросить на свалку, будет вполне оправданным. Прогрессивность же «альтернативных» методик по сравнению с методиками медицины является выдумкой, о чем уже было сказано выше. Тому, кто выступает с тезисом о замалчивании, следует иметь на руках доказательства прогрессивности, превосходства своих методов, только тогда его слова будут иметь смысл, в отношении же «альтернативных» методик таких доказательств нет (более того, в отношении многих из них есть четкие доказательства обратного). Теория замалчивания позволяет сторонникам «альтернативной медицины» уйти от невыгодной им

конструктивной дискуссии об эффективности их методов, обвинив оппонента в несправедливом отношении к ним.

Пример рассуждений сторонника антимедицины (это некто Павел, посетитель сайта [rolonsil.ru](http://rolonsil.ru)): «Врачи, хотя бы они того или нет уже заранее подготавливаются в вузах на доктрине «лечат только лекарства остальное всё мракобесие». Доктрина за шесть лет учёбы намертво вбивается в головы, да так сильно, что даже увиденное своими глазами чудо исцеление не с помощью лекарств, воспринимается ими случайностью, после чего начисто испаряется из памяти». Таким образом, Павел хочет убедить нас в том, что врачи плохо относятся к методикам «альтернативной медицины» из-за своего консерватизма и глупости, а не потому, что эти методики обладают низкой эффективностью, но при этом претендуют на замену собой методов медицины. Признав, что причина плохого отношения врачей в этом (в отсутствии эффекта и непомерных амбициях «альтернативных» методов), Павлу пришлось бы оспорить этот аргумент, т.е. привести доказательства высокой эффективности методик «альтернативной медицины», а поскольку таких доказательств у Павла нет (как нет их и в принципе), то ему психологически невыгодно говорить об этом, а выгоднее представить врачей такими тупыми невеждами, которым вбили в голову «доктрину» настолько «намертво», что с ними теперь даже разговаривать бесполезно.

В рассуждениях сторонников «альтернативной медицины» нередко встречаются высказывания вроде – «я не должен вам ничего доказывать», «вы не можете доказать что ... (некая «альтернативная» методика) не имеет эффективности (например, подобные исследования не проводились), значит мы на равных». В этих рассуждениях содержится серьезный подвох. Дело в том что, как принято в науке и логике, в случае борьбы идей, **бремя доказательства** ложится на того, кто утверждает и предлагает, т.е. претендует на новое по отношению к сложившейся системе знаний. Старое уже было доказано в свое время (когда оно было новым), а вот тот, кто пришел с новой идеей, новым методом и т.п. должен доказать что его идея достойна занять место в системе (системе знаний), а если он претендует на замену своей идеей уже существующих, то доказать, что его идея лучше, в большей степени отражает реальность, либо что доказательства старых идей ложны и т.п. Опровергать же безосновательные утверждения никто не обязан. Тем более, это касается случаев, когда кто-то пришел с новой системой знаний – он должен доказать, что его система лучше объясняет всю совокупность фактов, чем общепринятая. Звучит диковато, но и такое бывает – разные изобретатели «**всеобщих теорий всего**», претендующие на то чтобы перевернуть с ног на голову чуть ли не все представления о мире, встречаются

среди сторонников «альтернативных» методов время от времени. Поскольку один человек не в состоянии охватить своим разумом всю совокупность фактов и знаний о мире – ученые-энциклопедисты могли существовать лишь на заре науки, когда запас фактов был очень мал – то всех современных «изобретателей всеобщих теорий» можно не принимать всерьез, если кто-то говорит нам, что все ученые до него ошибались, и лишь он один знает, как мир устроен на самом деле, это верный признак того, что перед нами шарлатан либо сумасшедший. В «альтернативной медицине» мы часто сталкиваемся со всеобщими идеями, так сказать, местного масштаба, претендующими на революцию не во всей науке, а «всего лишь» во всей медицине. От адептов этих теорий нам приходится слышать о том, что вся система существующих медицинских знаний в корне не верна, т.к. не учитывает того, что главной причиной всех болезней на самом деле является неправильное дыхание / недостаток либо избыток жидкости / искривление позвоночника / недостаток витаминов / паразиты / питание, не соответствующее группе крови /непрощенная обида и недостаток позитивного мышления / порча и сглаз / что-то еще подобного рода. Все эти теории близки к клиническому бреду, глобальность (попытка объяснения причин всех проблем и болезней и, как следствие, предложение панацеи «от всего в одном флаконе») сочетается в них с откровенной нелепостью (не выдерживают проверку простейшими общеизвестными фактами).

В ответ на требование доказательности сторонник «альтернативной медицины» нередко возражает, что его методы не нуждаются в доказательствах, т.к. они не новые, а наоборот старые – проверенные вековой традицией и т.п. На самом деле в развитии медицины можно выделить два этапа – этап научной медицины (современной) и этап донаучных эмпирических знаний и вытекающих из них практик (тех самых «народных» рецептов). По мере развития общества медицина при помощи научного метода проработала, просеяла народные рецепты, часть из них были отброшены как неэффективные или вредные, другая часть получила в ходе научного анализа свои строго определенные и проверенные показания и противопоказания, дозировки и схемы лечения, иными словами, стала частью медицины и заняла свое место в лечении заболеваний (так из толченых вершков и корешков возникли лекарственные препараты, созданные на основе растительных компонентов, из молитв и заговоров – методы психотерапии и т.п.). Попытка взять из пройденного этапа какую-то методику или идею и перенести ее на современность во-первых глупа (зачем возвращаться назад), во-вторых, по отношению к сложившейся системе знаний это взятое в неизменном виде из прошлого знание будет как раз новым, т.е. необходимо будет доказать что оно действительно является знанием, а не

суеверием, что древняя методика действительно работает, а если она работает, то в ходе изучения должны появиться показания и противопоказания, дозировка и схема лечения и т.п. и т.д. (а не просто рекомендация вроде «Захворала - не беда! Съешь лягушку из пруда! Нет надежней медицины, Чем природная среда!» [© Л. Филатов], характерная для донаучного этапа). Также ссылка на авторитет старины является аргументом, который мы условно назовем **апелляцией к древнейшему** и рассмотрим ниже (все эти условные названия я ввожу для простоты усвоения и систематизации материала, буду их использовать и писать без кавычек).

Апелляция к древнейшему, является разновидностью апелляции к авторитету возраста методики. Сама по себе апелляция к авторитету возраста не должна подменять собой доказательств эффективности методики, как это происходит у сторонников «альтернативной медицины», т.е. может являть только косвенным аргументом в защиту методики. Наряду с апелляцией к древнейшему сторонники «альтернативной медицины» используют и противоположную ей по смыслу **апелляцию к новейшему**. В первом случае сторонник «альтернативной» методики преподносит нам как достоинство ее древность («проверена опытом тысячелетий», «основана на вековой мудрости» и т.п.). Сюда относятся всяческие рецепты колдунов/шаманов/мудрецов древнего Тибета/Китая/Алтая/Индии/Филиппин, йога с аюрведой, «бабушки» с «дедушками» и прочая «древняя мудрость». Во втором случае достоинством является новаторство, нас убеждают в том, что данный метод настолько новейший («медицина будущего», «технологии нового тысячелетия»), что даже еще полностью не признан (см. также - «теория замалчивания»), и мало кто вообще о нем знает. Сюда относятся разные методы био-энерго-магнитно-частотно-резонансно-информационно-квантовой (части можно переставлять произвольно) медицины/диагностики/терапии, чудесные приборы якобы способные вылечить от всех болезней, оживители воды, амулеты, излучающие полезные наночастицы и мн.др. Кроме того, порой, при восхвалении одного и того же метода сторонник «альтернативной медицины» использует парадоксальную комбинацию апелляции и к древнейшему и к новейшему (и тогда нам говорят об уникальном сочетании древних народных рецептов с новейшими научными технологиями).

Что можно сказать по поводу апелляции к древнейшему. Человечество на пути своего исторического развития движется к прогрессу, от худшего к лучшему. Сегодня человеку доступно то, о чем даже несколько веков (не то, что тысячелетий) назад он не мог и мечтать. Это касается всех аспектов жизни человека, в т.ч. здоровья и развития медицины. Разговоры о том, что когда-то в незапамятные времена человек был здоровее – ерунда.

Разговоры о том, что в те времена он обладал какими-то медицинскими знаниями, более эффективными, чем нынешние – также ерунда. Нет никаких фактов, которые бы позволяли думать так. Более того, такой взгляд противоречит здравому смыслу. Когда сторонник «альтернативной медицины» рисует нам некое идиллическое прошлое человечества, напоминая картинку из брошюры «Свидетелей Иеговы» - на зеленой травке под синим небом в гармонии с природой расположились благообразные, веселые и здоровые мужчины и женщины, которых окружает столь же веселая и здоровая детвора в компании с различными животными - мы должны понимать что на самом деле все было иначе. Если мы вернемся на несколько тысячелетий назад, то увидим там людей с продолжительностью жизни 20-30 лет (в массе, а не только фараонов или жрецов), беззащитных перед множеством опасностей и угроз и вообще перед природой во всех ее грозных проявлениях от неурожая до болезней (и именно эта беззащитность заставляла людей придумывать себе богов, которые якобы их защитят), жизнь которых составлял изнуряющий и часто опасный труд от рассвета до заката и от рождения до смерти. У сторонника «альтернативной медицины», использующего апелляцию к древнейшему, надо спросить, куда именно он предлагает нам вернуться – в пещеры каменного века («шаманы древнего востока»), в рабовладельческую эпоху («секретные знания фараонов»), в феодализм («ведьма в тринадцатом колене») или куда-то еще, а затем спросить о том, какие исторические данные позволяют ему делать вывод о желательности такого перемещения. Подобная конкретизация поможет высветить абсурдность идей сторонника «альтернативщины». Отдельно хочется сказать, об идее «гармонии с природой», которую используют как сторонники «альтернативной медицины», так и адепты разных мистических учений. Данная идея ложна, т.к. развитие и прогресс немислимы без борьбы, если нет борьбы, то нет и стимула для прогресса, а где нет прогресса, там наступает смерть. Самой природе чужда гармония («Жук ел траву, жука клевала птица, хорек пил мозг из птичьей головы и страхом перекошенные лица ночных существ смотрели из травы» - Н. Заболоцкий). Путь прогресса человечества это путь покорения природы, а не гармонии. Покорение природы при этом ни в коей мере не исключает рационального использования и бережного отношения к ней.

Что касается апелляции к новейшему, то посыл, содержащийся в этой идее верный. Ошибку же, которую допускают сторонники «альтернативной медицины», высказываясь таким образом о своих методиках мы уже разобрали выше. Новое само по себе не синоним лучшего, пока оно не включено в общую систему знаний. Наука (и медицина, являющаяся ее частью) постоянно находится в поиске нового, но это новое должно

заслужить свое место в системе научных знаний, т.е. должны быть доказательства того, что новая методика более эффективна, чем старая, новая теория лучше объясняет что-либо и т.п. В отношении методик и теорий «альтернативной медицины», в том числе и тех, сторонники которых используют апелляцию к новейшему таким доказательствам нет. Использование научнообразной терминологии («биорезонансная терапия», «компьютерная диагностика», «гемосканирование», «ириодиагностика» и т.п.) сторонниками «альтернативной медицины» есть метод манипуляции сознанием, призванный создать у потенциальных клиентов ложное представление о научности данных методов.

### **О претензиях к медицине**

В антимедицинских рассуждениях нам часто приходится встречать высказывания о низкой эффективности методик медицины (и противопоставляемой этому высокой эффективности методик «альтернативной медицины»). Для иллюстрации ложной идеи о низкой эффективности методик медицины (в первую очередь это касается лекарств) сторонники антимедицины используют следующие тезисы.

- Отсутствие основного лечебного эффекта. Лекарства не способны лечить болезни, чем больше лекарств, тем больше болезней. Большинство болезней врачи называют хроническими, тем самым расписываясь в своей неспособности помочь больному. Методики «альтернативной медицины», напротив, позволяют эффективно лечить или предотвращать все болезни. В доказательство такого мнения сторонник альтернативной медицины с удовольствием приведет вам массу историй о том, как он лично, его родные, друзья, а затем и пациенты/клиенты излечились кто от одной болезни, кто от другой. В каждой из этих историй будет немало эмоциональных подробностей, слушая такие истории вы невольно станете сочувствовать их героям, от которых «отказались врачи» и которых вероятно ждала бы неминуемая смерть, если бы та или иная методика Альтернативной медицины» не вытащила их с того света.

- Высокий риск побочных эффектов и осложнений. Лекарства (а также вакцины, прививки - антипрививочное движение является важной частью антимедицины) имеют множество побочных эффектов. Принимая лекарства, человек «одно лечит, другое калечит».

Смертность от лекарств занимает важное место (от второго до пятого – по данным разных антимедицинских источников) среди причин смертности, т.е., надо понимать, если бы не

лекарства, то люди умирали бы в несколько раз реже. В отличие от методик медицины, методики «альтернативной медицины» безопасны, не имеют противопоказаний и побочных эффектов. В определенной мере это достигается за счет присущей им «естественности», «натуральности» и «гармоничности».

- Лекарства часто подделываются, так часто, что подделок больше чем оригиналов.

- Современная медицина является симптоматической. Она устраняет симптомы, но не устраняет причины заболеваний. Естественно, методы «альтернативной медицины» позволяют бороться с причинами.

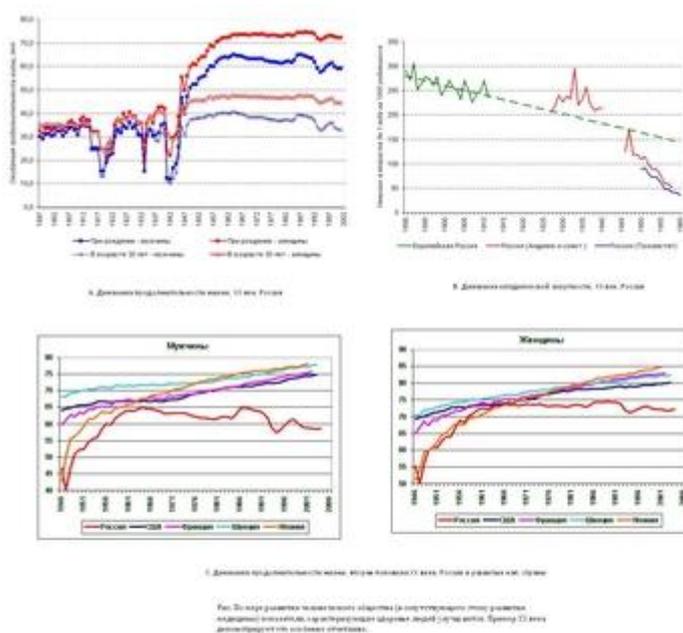
- Современная медицина лечит только отдельные симптомы (отдельные органы), в противоположность методикам «альтернативной медицины», которые будто бы позволяют заниматься лечением всего организма, осуществляют «комплексный подход в лечении» и т.п.

### **О неэффективности лекарств**

Сначала поговорим об эффективности средств и методик медицины и «альтернативной медицины». Хочется еще раз напомнить, что из утверждения о неэффективности одного никак автоматически не вытекает эффективность другого – оба эти тезиса надо обосновывать отдельно. Сторонники «альтернативной медицины», естественно, пытаются убедить нас в низкой эффективности методик медицины и высокой эффективности своих методик. Порой они доходят в этом до полного абсурда – так, Максим, посетитель сайта [rolonsil.ru](http://rolonsil.ru), при помощи странной статистики пытается доказать, что в периоды забастовок врачей в тех или иных странах наблюдается снижение заболеваемости и смертности. Доводя до логического конца его мысль, мы должны прийти к выводу о том, что чем более развивается медицина, тем менее здоровыми становятся люди, тем чаще и больше они болеют и умирают, что если бы не врачи, люди наверное и вовсе не болели бы, а если бы вдруг все больницы и аптеки закрылись, то люди тут же начали бы становиться все здоровее и здоровее. Несмотря на откровенный идиотизм такого утверждения, мы все же должны потратить время и привести возражения на него, т.к. подобные идеи имеют хождения в умах некоторых людей.

Для начала хочу напомнить некоторые общеизвестные исторические данные.

Продолжительность жизни людей еще в начале XX века составляла в среднем 30-40 лет, в прежние времена, соответственно, еще меньше. Сейчас - 60-70 лет. Еще в начале XX века в России умирал в среднем каждый четвертый из новорожденных, сейчас – один из шестидесяти. Инфекционные заболевания, эпидемии которых опустошали в средние века города и страны сегодня лечатся несколькими уколами антибиотика. Некоторые болезни вообще исчезли. От воспаления легких до начала применения антибиотиков погибал в среднем каждый десятый (это зависело от внутренних ресурсов организма, люди ослабленные, старики, дети, как правило, погибали чаще). Сегодня – один из нескольких тысяч. Все эти достижения, без всякого сомнения, следует отнести к заслугам современной научной медицины, той самой, против которой направляют свои выпады адепты «альтернативных» методик. В подтверждение заслуг медицины мы можем также привести сравнение показателей заболеваемости и смертности в разных странах (чем более развиты страны, тем в большей степени развита в них медицина и тем лучше там обстоит дело со здоровьем людей), сравнение этих показателей для города и села (из-за более низкой доступности медицинской помощи на селе здоровье людей хуже, несмотря на свежий воздух, «гармонию с природой» и т.п.).



Теперь поговорим об эффективности лечебных методик, о том, как ее можно выяснить и что является ее доказательством. Очевидно, что в лечении людей имеют право применяться только методики и средства, доказавшие свою эффективность и

безопасность. Те, в отношении которых таких данных нет (а тем более есть обратные данные) применяться не должны. Что же является доказательством эффекта? Сторонники «альтернативных» методов в качестве доказательств как правило приводят описание отдельных случаев. Сюда относятся истории о том, как некое лицо (нередко в роли этого лица выступает сам сторонник «альтернативной медицины», его родные и знакомые – это личные истории исцеления) излечилось от всех болезней при помощи тех или иных «альтернативных методик». Эти истории изобилуют эмоциональными подробностями, как правило они также содержат антимицинские выпады (подчеркивается, что врачи «отвернулись» от данного больного, признали свое бессилие, сказали что ему жить осталось не больше месяца и т.п.). На сознание человека (больного, потенциального потребителя медицинских услуг) эти истории могут оказывать большое влияние – человек неосознанно идентифицирует себя с героем, думает - «раз ему поомогло, то и мне поможет», кроме того истории, рассказанные лично и с эмоциональными подробностями («я болела, мне было так плохо...») воспринимаются лучше, человеку кажется, что это не может быть ложью. Сторонники «альтернативной медицины» прекрасно знают эти особенности, поэтому в обязательном порядке стараются обзавестись набором таких историй. Во многих компаниях, занимающихся распространением средств «альтернативной медицины», распространителей заставляют специально пробовать на себе все средства, а затем делиться впечатлением. В фирме «Vision», например, личная история исцеления продуктом является обязательной для каждого продавца – их заставляют придумывать, разучивать и репетировать такие истории. При этом, даже если особенного эффекта и нет, сотрудник должен говорить, что он есть. Повторяя это снова и снова, он сам начинает верить в свою историю. Компании же этого и надо – сотруднику, который сам поверил в эффективность своего средства легче передать эту веру клиентам. Помимо личных историй исцеления сюда же относятся хвалебные отзывы, якобы полученные сторонниками «альтернативной медицины» от благодарных пациентов, а также истории о знаменитых людях якобы исцелившихся при помощи «альтернативных» средств от разных болезней. Все это является описанием отдельных случаев положительного эффекта. Являются ли такие описания доказательством эффекта данной методики? Увы, нет. Во-первых, большинство таких описаний является ложью, выдумкой, они становятся нам известны со слов коммерчески заинтересованных лиц (продавцов, распространителей), а у нас нет никакой возможности проверить их правдивость. Во-вторых, даже если такая история и правдива (а среди них, я хочу это подчеркнуть, есть и не являющиеся заведомой ложью, т.е. те, при рассказе которых рассказчик не имеет умысла на обман, а сам верит в то, что говорит; более того, среди них могут встречаться и

полностью правдивые), то и это, к сожалению, не может быть доказательством эффекта данного средства. Почему так? Для того чтобы ответить на этот вопрос я приведу уже хорошо себя показавший пример с чайником.

— 03.07.2011 16:25 —

## **AP: больная раком молилась папе римскому Пию XII и исцелилась, его можно канонизировать**

Папа римский Пий XII, умерший еще в 1958 году, совершил чудо. Он помог излечиться американке Марии Эспосито от лимфомы Беркитта последней стадии, которой она заболела в 2005 году.

Эспосито начала молиться папе Пию XII после того, как его образ приснился ее мужу. Вместе с молитвами американка прошла единственный **шестинедельный курс химиотерапии** и выздоровела. Это чудесное исцеление от редкой и агрессивной формы рака изумило врачей.

О чуде Эспосито сообщила в Ватикан, чтобы в Римской католической церкви смогли начать процесс канонизации папы римского. Пия XII много критиковали за недостаточно острую критику Холокоста, добавляет агентство.

Нынешний глава римской католической церкви папа Бенедикт XVI в декабре 2009 года заявил, что Пий XII вел героическую жизнь христианского праведника. После этого для канонизации Пия XII требовалось топы чудо. ■ Associated Press

Рис. После того, не значит - вследствие того. Наличие положительного эффекта после применения средства «альтернативной медицины» не обязательно означает, что эффект наступил именно вследствие его применения.

Представьте, что вы купили в магазине чайник. При этом вас обманули, чайник оказался неисправен. Вы обнаружите обман сразу, как только придете домой – включаете чайник в розетку, а он воду не греет. А теперь представим, что вы купили не чайник, а какой-нибудь медицинский прибор («Самоздрав», например) либо средство, либо услугу. Как вы сможете понять, работает данный прибор (средство) или нет? Придя домой, сразу вы явно ничего не поймете – чтоб оценить эффект надо применять данное средство в течение определенного времени (дни, недели, месяцы). За это время ваше состояние может меняться само по себе (и скорее всего так или иначе изменится в любом случае) под воздействием тех или иных факторов, к которым относятся спонтанная ремиссия (некоторые болезни проходят сами, как простуда), действие лекарств или других методов, которые вы применяете параллельно, действие внушения, действие каких-либо третьих факторов (колебания погоды, стрессы, диета, нагрузки и т.п. и т.д.). Таким образом, обнаружив в своем состоянии какие-либо изменения, вы все равно не сможете в точности

сказать, вызваны ли они действием купленного вами средства или чем-то иным.

Сторонники «альтернативной медицины» легко пользуются этим – все положительные изменения, наблюдаемые у больных, которые пользуются их методиками, относят на счет действия своих методик, а все отрицательные – на счет чего-либо другого (попробуйте позвонить продавцу, у которого купили чудодейственный прибор или БАД и сказать ему, что не получили эффекта – он немедленно расскажет вам, что вы принимали средство в маленькой дозировке либо недостаточно долго, что не надо было параллельно пользоваться другими средствами либо надо было наоборот приобрести и применять еще какое-либо средство той же компании и т.п.). Из этого примера можно сделать следующие выводы:

*Вывод 1.* Человек, применяющий какое-либо лечебное средство, может наблюдать улучшение либо ухудшение своего состояния во время приема этого средства, но это не значит автоматически, что данное изменение связано с эффектом данного средства.

*Вывод 2.* Для того чтобы определить такую связь необходимо исключить либо учесть действие всех прочих факторов. Как минимум – учесть действие внушения (плацебо), т.е. осуществить плацебо-контроль, что возможно только при наблюдении не за одним больным, а за многими.

Кроме того, даже если каким-то образом удалось доказать, что у данного больного изменение связано именно с эффектом данного средства, то это автоматически не значит, что у всех других больных эффект будет тем же. Для такого утверждения необходимо наблюдение за статистически достоверным количеством больных.

Таким образом очевидно, что описание отдельного случая, даже правдивое, не может являться доказательством лечебного эффекта какого-либо средства. Это справедливо для любых средств и методик – относящихся как к арсеналу медицины, так и «альтернативной медицины». Доказательством же такого эффекта (либо его отсутствия) могут быть только данные клинических испытаний, проведенных на статистически достоверном количестве наблюдаемых, включающие данные, которые позволяют исключить действие посторонних факторов, прежде всего, плацебо-контроль. Кроме того, данные испытаний должны содержать четкую и объективную информацию – а не слова вроде «половина пациентов отметили умеренное улучшение своего состояния, у другой половины улучшение было значительным» (такие данные субъективны и ни о чем не говорят).

О действии внушения (эффекте плацебо) хочется поговорить отдельно. Считается (часто упоминается), что эффект плацебо или внушения составляет в среднем 30% (хотя и не совсем понятно, что это за проценты и от какого целого они считаются). Возможно, это значит, что из каждой сотни человек, получивших пустышку, но поверивших в то что это лекарство – в среднем тридцать почувствуют улучшение своего состояния. При этом несомненно, что при психических и психосоматических заболеваниях этот процент может быть и выше. Итак, что такое эффект плацебо? Это когда больной человек получает пустышку (средство или процедуру, не обладающую лечебным эффектом), однако верит в то, что данное средство ему действительно поможет и в результате ему действительно становится лучше. Есть и обратный эффект – ноцебо. Это когда человек получает лекарство (средство или процедуру, обладающую доказанным лечебным эффектом), но при этом не верит в его эффект, считает, что оно не поможет и в результате эффект на самом деле снижается. Эффект плацебо отлично реализуется при психосоматических заболеваниях (а к ним относятся большинство наиболее распространенных хронических заболеваний – ИБС, гипертоническая болезнь, язвенная болезнь, бронхиальная астма, псориаз и др.). Психосоматические заболевания это такие заболевания, при которых неустойчивое эмоциональное состояние является одним из факторов, провоцирующих развитие заболевания. Именно одним из факторов, а не единственным фактором, но все же. Так, всем известно, что на фоне стрессов, эмоционального напряжения и т.п. у человека изменяется частота пульса (даже такая игра была по телевизору, где можно было отвечать на вопросы только при определенной частоте пульса – все нервничали, пульс учащался и никто не мог ответить), показатели АД, частота дыхания («в зобу дыханье сперло»), работа кишечника и т.п. У лиц с хроническими психосоматическими заболеваниями стресс может спровоцировать обострения (гипертонический криз, инфаркт, приступ удушья и т.п.). Эти эффекты обуславливаются действием вегетативной нервной системы, но более подробно здесь я на этом останавливаться не хочу в целях экономии места, задача данной работы в другом. Различные соматические нарушения нередко наблюдаются и при психических заболеваниях (больному-ипохондрику кажется что у него все болит и действительно он чувствует эту боль, у него постоянно скачет АД, пульс, он испытывает нарушения дыхания, расстройства стула и т.п., а между тем корень проблем данного пациента в неустойчивости его психического состояния). Таким образом наша психика влияет на нашу соматику, и при назначении каких-либо средств мы можем наблюдать это в виде эффекта плацебо либо ноцебо. Постараемся ответить на некоторые важные вопросы, касающиеся действия внушения на здоровье. К сожалению, приходится

признать, что данная область еще недостаточно изучена и абсолютно четких ответов наука на сегодняшний день нам не дает. Что, разумеется, не должно заставлять нас отказываться от научного метода в поиске этих ответов, в будущем они будут найдены. Однако, вопросы эти актуальны и говорить о них придется сейчас, опираясь на те знания, что мы имеем к сегодняшнему моменту.

Можно ли при помощи эффекта внушения вызывать у себя (или у другого) какое-либо заболевание? Да, длительно неустойчивое психическое состояние может привести к развитию психосоматического заболевания (см. выше). А может и не привести, это будет зависеть от индивидуальных особенностей организма, действия других провоцирующих факторов и т.п. В отношении заболеваний, не относящихся к психосоматическим, таких данных нет (например, когда нам говорят, что «рак возникает от непрощенной обиды», мы должны понимать, что это ничем не обосновано). Фактор психического состояния также может быть причиной неких спонтанных деструктивных изменений в организме. Например, стигматы и им подобные явления, например, проклятия, которые действуют только на того, кто в них верит, но действуют достаточно быстро и мощно, вплоть до летального исхода. Несмотря на то, что достоверных данных по таким случаям очень мало (куда меньше, чем слухов), однако они все же есть. Это позволяет нам с высокой долей вероятности говорить о том, что фактор психического состояния может вызывать серьезные деструктивные изменения в организме, как острые, так и хронические. Что, опять же, не отменяет действия других факторов, вызывающих заболевания, т.е. не «все болезни от нервов». Также фактор психического состояния (например, сильный стресс или хронический стресс) может быть причиной развития психических заболеваний и нарушений.

**Провидица  
Просковья Ивановна**

**Помогаю людям более 38 лет**

- Владею старинным обрядом для мужчин и женщин
- Верну мужа в семью, восстановлю отношения с любимым
- Без греха и вреда устраню любовницу
- Сниму: сглаз, порчу, проклятия, венец безбрачия.
- Старинный заговор от пьянства и импотенции.

Работа по фото

**Ваша вера - моя сила!**

**☎ 272-12-86**

Можно ли при помощи эффекта внушения вылечить какое-либо соматическое (телесное) заболевание?

Нет, очевидно, полностью вылечить нельзя, т.к. фактор психического состояния - не единственный фактор, ведущий к развитию заболеваний, в т.ч. психосоматических. Однако, во-первых, можно купировать соматические симптомы, возникающие на фоне неустойчивого психического состояния, когда они не связаны с другими причинами.

Например, представим, что наш больной-ипохондрик (из примера выше), не верит врачам и лекарствам, но верит экстрасенсам и

Рис. «Ваша вера – моя сила!»  
Провидица ПрОсковья Ивановна плохо знает грамоту, однако, по-видимому, понимает, что ее сила не в мистических способностях, а в наивной вере ее клиентов

БАД «Vision». Пользуясь тем, во что он верит, он может добиться исчезновения у себя беспокоивших его соматических симптомов. Т.е., в данном случае мы будем наблюдать факт излечения несуществующей болезни несуществующими лекарствами и одновременно рождения очередной байки о якобы чудесном исцелении смертельно больного, от которого «отвернулись врачи», и который был «спасен с того света» благодаря некоторому «альтернативному» средству. Впрочем, скорее облегчение будет временным - обилие сопутствующих соматических жалоб является чаще всего признаком хронического психического расстройства. Во-вторых, при помощи внушения можно облегчить течение психосоматического заболевания, путем устранения фактора психического состояния из его патогенеза. Хочу подчеркнуть, что именно облегчить течение, а не вылечить заболевание полностью, но и это немало. То есть, говоря простым языком, человек, например с гипертонией, дышит в «Самоздрав» (с бронхиальной астмой дышит «по Бутейко», с язвенной болезнью принимает БАДы, с псориазом прикладывает компрессы из мочи и т.п.), при этом свято верит в данное средство, как в панацею, в результате он становится более спокоен, появляются мысли, что с ним все будет хорошо, он вылечится, уверенность в своем будущем и т.д. – на этом фоне действительно колебания АД и другие жалобы беспокоят его меньше, его общее самочувствие улучшается, он даже может снизить дозировки лекарств. В-третьих, при помощи грамотного психотерапевтического воздействия, в т.ч. основанного на внушении, можно добиться хороших результатов в лечении некоторых психических заболеваний (впрочем, далеко не всех). Можно ли добиться эффекта подобного тому, что мы наблюдаем при появлении стигматов, но с обратным знаком? Нет, таких данных нет – раны, затягивающиеся на глазах под руками колдуна, относятся к области сказок либо дешевых трюков (как в случае с филиппинскими хилерами, использующими разнообразные ухищрения, чтобы заставить наблюдателя поверить в их сверхъестественные способности). Можно ли добиться значимого эффекта в лечении заболеваний, не относящихся к психическим и психосоматическим? Нет, таких данных также нет. Например, несмотря на заявления шарлатанов разных мастей о том, что им доступно лечение рака, нигде в мире не зафиксировано ни одного достоверного случая излечения от рака только при помощи методов «альтернативной медицины» либо психотерапии. То есть созидательный эффект внушения (фактора психического состояния) тоже существует, но его потенциал гораздо ниже, чем у разрушительного эффекта («ломать - не строить»).



Рис. Онкологические больницы как магнитом притягивают шарлатанов разных мастей. Пользуясь стрессовым состоянием тяжело больного человека одни из них пытаются вовлечь его в секту, другие – продать ему средство «альтернативной медицины», якобы исцеляющее от рака.

Для того, чтобы при исследовании эффективности средств и методов медицины отделить эффект плацебо от собственного лечебного действия данного средства, клинические испытания должны включать в себя плацебо-контроль. Когда тестируется какое-либо средство, то можно взять две аналогичные и статистически достоверные по размеру группы испытуемых, одна из них будет получать данное средство, другая не будет, а затем мы оценим результаты. Однако, выявление в первой группе лучших результатов по сравнению со второй еще не будет являться доказательством эффективности данного средства. Для того чтобы оценить эффективность мы должны ввести третью группу, которая будет получать средство по виду, цвету, вкусу и т.п. не отличающееся от тестируемого, но не имеющего в своем составе действующих компонентов (пустышку – напр., таблетку из мела, если речь идет об испытании таблеток). Причем ни испытуемые, ни участники эксперимента, непосредственно дающие им лекарства, до окончания исследования не должны знать пациенты какой группы что именно получают (т.н.

двойной слепой метод). И только при обнаружении положительных результатов в первой группе по сравнению с третьей (а не второй) мы сможем сделать вывод о наличии у данного средства эффекта. Хочется подчеркнуть, что все средства (лекарственные средства), которые использует медицина проходят обязательные плацебо-контролируемые исследования. Это не относится только к т.н. «гомеопатическим лекарственным средствам», которые хотя и имеют в своем названии слово «лекарственный», не имеют никакого отношения к медицине, а являются разновидностью методик «альтернативной медицины». Разумеется, это не относится и к БАДам, которые не являются лекарствами (но активно позиционируются их производителями и продавцами как средства, обладающие лечебным действием). Важно помнить, что для регистрации как БАД, так и гомеопатических средств никакие данные об их эффективности вообще не нужны (более того, приписывание БАД, даже косвенное, лечебного эффекта в рекламных целях – недопустимо).

### **О побочных эффектах, осложнениях и «симптоматической медицине»**

Выше мы разобрали тезис о неэффективности лекарств. Теперь разберем тезис о чрезмерных побочных эффектах и осложнениях лекарств. Сторонники «альтернативной медицины» пугают нас побочными эффектами лекарств, пытаясь представить дело так, будто от лекарств лишь один вред. Часто можно слышать, что смертность от лекарств занимает важное место среди причин смерти (не то третье, не то пятое, не то «четвертое-шестое»). Откуда первоначально взялась эта байка и существует ли какая-то статистика, ее подтверждающая, выяснить не удалось (ссылаются то на ВОЗ, то на американские исследования середины прошлого века, а чаще вообще ни на что не ссылаются). Очевидно, что если такая статистика и существует, то немаловажно знать, каким именно образом она получена, что именно подразумевается под термином «смерть от лекарств», «смерть от побочного действия лекарств и осложнений лекарственной терапии» или «смерть в результате неправильного назначения лекарств». Так, допустим, некий больной может получать лекарство А либо лекарство Б. Лекарство А в три раза эффективнее, но стоит в сто раз дороже, поэтому больной получает лекарство Б. Через некоторое время он умирает от причин, связанных с его заболеванием. Может ли сторонник «альтернативной медицины» назвать этот случай примером неправильного назначения лекарств и записать его в свою статистику? Думаю, запросто.

На всякий случай уточним и не скроем, что по данным ВОЗ (Инф. бюлл. №293, 2008 г.) «непредусмотренные, опасные реакции на лекарственные средства (известные как неблагоприятные реакции на лекарства) входят в число десяти ведущих причин смерти во многих странах». В этом утверждении необходимо подчеркнуть следующие моменты: 1) «По данным ВОЗ» (как мы уже знаем, ВОЗ порой дает те еще данные); 2) «В число десяти», а не пяти, т.е. надо думать находятся где-то ближе к концу десятки; 3) «Во многих странах», то есть не во всех, причем даже не в большинстве, поскольку, в десятку ведущих причин смерти в мире по данным той же ВОЗ на 2008 г. никакие реакции на лекарства не входят.

Весь мир	Число случаев смерти в миллионах	% случаев смерти
Ишемическая болезнь сердца	7.25	12.8%
Инсульт и другие цереброваскулярные болезни	6.15	10.8%
Инфекции нижних дыхательных путей	3.46	6.1%
Хроническая обструктивная болезнь легких	3.28	5.8%
Диарейные заболевания	2.46	4.3%
ВИЧ/СПИД	1.78	3.1%
Раковые заболевания трахеи, бронхов и легких	1.39	2.4%
Туберкулез	1.34	2.4%
Сахарный диабет	1.26	2.2%
Дорожно-транспортные аварии	1.21	2.1%

Рис. Десять ведущих причин смерти в мире (ВОЗ, 2008 г.)

Важно осознавать, что любое лекарство, имеющее основное действие, имеет и побочные действия. Сторонники «альтернативной медицины» часто утверждают, что их средства не имеют побочных эффектов. Мы должны понимать, что это неправда. Если перед нами средство, «не имеющее побочных эффектов» то это значит, что либо оно не имеет и основного действия (является безвредной пустышкой), либо производитель/распространитель скрыл от нас побочные эффекты, либо никто и никогда не занимался выявлением этих побочных эффектов и поэтому они неизвестны. Так, несмотря на встречающееся мнение о безвредности «натуральных» (напр., растительных, минеральных) средств, на самом деле сама по себе «натуральность», т.е. тот факт, что данное сред-

ство, допустим, только что сорвано с грядки или принесено из леса, либо изготовлено из соответствующих компонентов, никак не характеризует его полезных свойств, т.к. множество растений вредно и даже ядовито для человека. Вряд ли здравомыслящий человек, оказавшись в лесу, станет тащить в рот все, на что наткнется, только на том основании, что оно «натурально», а значит якобы безвредно и полезно. Однако в отношении средств «альтернативной медицины» тот же человек порой готов поступать именно так – он клюет на уловки жуликов, которые одни лишь уверения в «натуральности» средства используют как замену доказательств его эффективности и безопасности.

Здравый смысл должен подсказать нам, что если в отношении какого-то средства мы допускаем наличие достаточно выраженного положительного эффекта, то с еще большей вероятностью мы должны допускать и наличие отрицательного эффекта. Для того чтобы выявить и измерить этот эффект необходимы специальные исследования. В отличие от средств «альтернативной медицины», все лекарственные препараты (в том числе, созданные на основе «натуральных» компонентов) такие исследования проходят, именно поэтому в инструкции к каждому препарату мы встречаем разделы «Противопоказания», «Побочные эффекты», «Передозировка».

Идем дальше. Когда мы говорим о побочных действиях лекарств, мы должны рассматривать их не отдельно, а в сравнении с основным действием – взвешивать на верных весах пользу и вред. При этом взвешивать не на примере отдельного человека, а на примере статистически достоверной выборки. Так, если одному больному у стало плохо, вследствие побочного действия лекарства, а сто других поправились, это значит что лекарство хорошее и надо его применять. В то же время адепт антимедицины постарается убедить нас в обратном, для этого он подберет несколько *отдельных случаев* ухудшения состояния, распишет их покрасочней и, проигнорировав несколько сотен случаев улучшения, подсунет нам свою подборку, пытаясь сформировать у нас мнение о том, что кто бы не принимал данное лекарство, всем становилось только хуже. На примере данных отдельных случаев (даже если они не вымышлены, что тоже не редкость, а реальны) мы не сможем сделать никакой оценки и вывода, для этого нам потребуется взвесить пользу и вред на примере выборки. В отношении лекарств такое взвешивание уже произведено с научной точностью (клинические испытания), только если польза существенно перевешивает вред, средство получает право называться лекарством и применяться в медицине. Сторонники «альтернативной медицины» избегают говорить о лекарствах, сравнивая их полезное и вредное действие, они стараются делать упор только на вредном действии, приводя в подтверждение своих слов эмоциональное описание отдельных случаев.

Такая же подмена анализа целого описанием отдельных случаев наблюдается и в антимедицинских высказываниях, направленных не против одного какого-то лекарства, а против всех лекарств или медицины в целом. Сторонники антимедицины стремятся высветить, приукрасить и раздуть до невероятных размеров любой случай, характеризующий медицину с отрицательной стороны (обнаружили партию поддельных лекарств, осудили врача-взяточника, не оказали помощь больному), в то время как заслуги и достижения медицины ими замалчиваются. Таким образом они стараются создать ложное впечатление, что вся медицина состоит только из отрицательных сторон – все лекарства поддельны, все врачи – взяточники и сволочи и т.п.

Что касается претензий к медицине в целом, то среди них часто звучат тезисы о том, что современная медицина якобы является симптоматической (лечит только симптомы, не касаясь причин болезни), а также что она рассматривает разные симптомы, заболевания, работу разных органов по отдельности, не учитывая их взаимного влияния. Все это противопоставляется методикам «альтернативной медицины», которые якобы лечат не симптомы, а причину (причем, по мнению сторонников «альтернативщины», причина у всех болезней одна и та же, соответственно и панацея от всего одна, какая именно зависит от профиля автора утверждения – это может быть дыхание, БАД, гимнастика, позитивное мышление, коррекция биополя и т.п.). В антимедицинских высказываниях такого свойства сторонники «альтернативной медицины» порой доходят до откровенного абсурда.

Для иллюстрации используем материалы нашего сайта. Вот что, например, утверждает в своей лекции известная противница медицины (сотрудничающая с производителями БАД и др. сомнительных «альтернативных» средств) О. Бугакова: «В «западной системе» организм поделен по-другому (не на системы органов). Есть голова... Голову лечат невропатологи, психиатры...». А вот с какими нападками бросается на врачей некто Максим, также убежденный враг медицины: «У Вас же все органы живут своей, независимой жизнью. Даже кожа у Вас, как чехол на подушке. Появились проблемы - давай ее мазать всякими мазями, а что желудок плохо работает или поджелудочная, так они не связаны ни с чем и друг друга не знают и знать не хотят».

Естественно, данные утверждения нелепы. Медицина не лечит только симптомы. Средства медицины могут влиять как на симптомы (симптоматическая терапия) заболевания, так и на его причину (этиотропная терапия) либо развитие (патогенетическая терапия). В лечении серьезных заболеваний различные средства применяются в комплексе. Открыв любой учебник по дерматологии, Максим мог бы увидеть, что многие кожные за-

болевания напрямую связаны с заболеваниями внутренних органов (что отражается и на тактике их лечения). Однако вместо этого Максим предпочитает выдумывать разную ерунду («кожа как чехол на подушке...») из своей головы. Ему так проще, почему – я расскажу ниже. Затем, в медицине существуют разные специальности, например, невропатолог специализируется на лечении заболеваний нервной системы (а не головы; врач, который лечит только голову, этакий «головопатолог» существует только в воображении г-жи Бутаковой), психиатр – заболевания психики, кардиолог – заболевания сердечно-сосудистой системы, дерматолог – кожи и т.п. Разумеется, все эти специалисты действуют, не каждый сам по себе, а в рамках одной системы – системы медицинских знаний и в совокупности осуществляют тот самый комплексный подход к лечению больного, который пытаются приписать своим методикам сторонники «альтернативной медицины». Конечно, было бы здорово, если бы мог существовать некий специалист по всем болезням сразу, однако учитывая объем знаний, накопленный медициной, это невозможно. Пределы знаний отдельного человека ограничены, чем шире будет диапазон знаний, тем меньше их глубина. В какой-то мере аналогом такого специалиста широкого профиля в медицине является врач-терапевт (да-да, ваш старый добрый участковый терапевт в поликлинике) – он должен иметь пусть общее представление, но обо всех болезнях для того, чтобы не пропустить серьезную патологию у своего больного, осуществить ее первичную диагностику, а затем направить его для лечения к специалисту соответствующего профиля. Однако, несмотря на то, что и терапевт может оказать первую помощь больному с ИБС или диабетом, тактику лечения этих больных определяет более узкий специалист – кардиолог или эндокринолог. В этой связи еще интересно отметить, что сторонники «альтернативной медицины» не делятся по врачебным специальностям – у них любой знахарь, целитель, нутрициолог или кто-нибудь еще в таком духе, является специалистом сразу во всем, одновременно по всем болезням. К сожалению, на практике это означает только одно – даже если такой специалист действительно добросовестен и действительно старается помочь больным, то его знания будут более чем поверхностны (плюс засорены антимедицинскими и всяческими «альтернативными» установками); большинство же специалистов «альтернативной медицины» в реальности вообще не обладают никакими медицинскими знаниями (их суждения настолько безграмотны, что заставляют сомневаться даже в наличии у них знаний в объеме школьного курса).

Прибегая к выпадам, направленным против медицины в целом, сторонники «альтернативной медицины», во-первых, уходят от конструктивного спора, в котором им пришлось бы приводить доказательства эффективности своих методик и они неизбежно про-

играли бы, поскольку ясно, что таких доказательств не существует. Обвинение же своих оппонентов в лице медиков в том, что они лечат только симптомы либо все органы по отдельности, как бы позволяет «альтернативщику» занять позицию – мол, посмотрите, эти врачи такие дураки, что с ними даже спорить бесполезно. Во-вторых, сторонник «альтернативной медицины», понимает, что в честной дискуссии у него нет возможности доказать превосходство своих теорий, и поэтому создает не соответствующий реальности нелепый и комический образ своего оппонента-врача (и медицины в целом), затем побеждает этого выдуманного врага, тем самым пытаясь произвести видимость победы своих идей над идеями медицины (в самом деле, «кожа как чехол», что может быть глупее, однако важно понимать, что никто из врачей так на самом деле не думает, «альтернативщик» специально приписывает врачам подобные нелепые взгляды).