

«ENGLISH HIPPOCRATES» THOMAS SYDENHAM (1624-1689) AND HIS DIET THERAPY

Kisteneva O.¹, Tolkach N.², Tikhonova I.³ (Russian Federation)

«АНГЛИЙСКИЙ ГИППОКРАТ» ТОМАС СИДЕНГАМ (1624-1689 ГГ.) И ЕГО ДИЕТОТЕРАПИЯ

Кистенева О. А.¹, Толкач Н. А.², Тихонова И. В.³ (Российская Федерация)

¹Кистенева Ольга Алексеевна / Kisteneva Olga – кандидат исторических наук, доцент,
кафедра факультетской терапии,

Белгородский государственный национальный исследовательский университет;

²Толкач Наталья Андреевна / Tolkach Natalia - студент;

³Тихонова Инна Владимировна / Tikhonova Inna - студент,
Медицинский институт, г. Белгород

Abstract: the article is devoted to the study of the works of the famous English physician, the founder of clinical medicine, the father of English medicine, Thomas Sydenham, and his ideas about diet. Collected and analyzed information about his medical life and contributions to the history of clinical medicine. Thomas was considered a fan of the works of the greatest physician of antiquity – Hippocrates. The philosophy of Hippocrates of clinical nutrition began to promote in his time, and Thomas Sydenham. Noted that Thomas Sydenham had developed some General rules of nutrition during illness.

Аннотация: статья посвящена изучению трудов известного английского врача, основоположника клинической медицины, отца английской медицины Томаса Сиденгама и его представлений о диетотерапии. Собраны и проанализированы сведения о его врачебной жизнедеятельности и вкладах в историю клинической медицины. Томас считался поклонником трудов величайшего врача древности – Гиппократа. Философию Гиппократа о лечебном питании стал пропагандировать в свое время и Томас Сиденгам. Отмечено, что Томас Сиденгам разработал ряд общих правил питания во время болезни.

Keywords: diet therapy, Thomas Sydenham, «english Hippocrates».

Ключевые слова: диетотерапия, Томас Сиденгам, «английский Гиппократ».

*Замени аптеку кухней!
деви, средневекового английского врача
Томаса Сиденгама*



Рис. 1. Томас Сиденгам (Thomas Sydenham, 1624-1689 гг.)

Томас Сиденгам (Thomas Sydenham) - известный английский врач, один из основоположников клинической медицины, отец английской медицины». Томас Сиденгам был рождён в Уиндфорд Игле, графстве Дорсетшир, 10 сентября 1624 года, в семье знатных родителей. Школу юный Сиденгам не посещал, образование получал дома. В юношеском возрасте Томас решил улучшить свои познания и уехал учиться в колледж св. Магдалины в Оксфорд, где впервые узнал о слове медицина. Однако годовой перерыв служения в парламентских войсках заставил Томаса сделать перерыв в учебной деятельности, но упрямый характер и стремление к новым знаниям сделали своё дело - он вернулся в Оксфорд и стал ещё больше отдавать себя учению о медицине.

Страница за страницей, книга за книгой Томас впитывал каждое слово, что хоть как-то связывало его с медицинской деятельностью. И вскоре, когда наступило его 24-летие, он получил степень бакалавра и стал членом All-Souls College (Колледж Всех Душ). Но даже достигнув таких результатов, Сиденгам был недоволен своими медицинскими знаниями и отправился во Францию, университет Монпелье где усердно стал изучать терапию. И только спустя 28 лет, в возрасте 52 года в Кембриджском университете степень доктора медицины заслуженно прозвучала рядом с его именем [5, 138]. Отодвигая на второй план средневековую медицину (не исключая средневековый трактат «Салернский кодекс здоровья», автором которого являлся Арнольд из Виллановы [1, 80]), Сиденгам продвигал метод тщательного наблюдения у постели больного. Известно, что Томас считался поклонником трудов величайшего врача древности - Гиппократ, восхваляя его учения и следуя его заветам на своём врачебном пути. Не удивительно, что коллеги заметив его схожесть с Гиппократом прозвали Томаса «английский Гиппократ».

Известный во всем мире врач Гиппократ написал книгу «О диете», в которой он приводит целый ряд указаний о лечебном питании, сохранивших свою важность и до нашего времени. В этой книге Гиппократ пишет, что количество потребляемой пищи должно зависеть от возраста, профессии, местности проживания, времени года. Гиппократ был противником тех врачей, которые назначали голодные диеты в начале заболевания, а затем – усиленное питание. Философию Гиппократ стал пропагандировать в свое время и Томас Сиденгам [4, 138].

Лечебное питание – это неотъемлемая часть любой терапии. Отдавая должное медикаментам и физиолечению [2, 120], надо помнить, что правильное питание помогает организму справиться с болезнью быстрее и при этом обладает минимумом нежелательных эффектов. Знание роли отдельных пищевых продуктов, необходимости соблюдения сбалансированности и определенного режима питания позволяет оптимизировать лечение и упростить профилактику. Томас Сиденгам разработал ряд общих правил питания во время болезни: 1) меньше употреблять жиры животного происхождения; 2) кушать часто и маленькими порциями. Ежедневное меню должно состоять из пяти – шести приемов пищи; 3) раз в семь дней важно делать разгрузочный день.

Лекарственные вещества синтетического происхождения, содержащиеся во многих медикаментах, в отличие от пищевых веществ являются для организма чужеродными. Многие из них могут вызвать побочные реакции, например, аллергию, поэтому при лечении большинства болезней следует отдавать предпочтение пищевому фактору. В продуктах многие биологически активные вещества обнаруживаются в равных, а иногда и в более высоких концентрациях, чем в применяемых лекарственных средствах. Вот почему с древнейших времен многие продукты, в первую очередь овощи, фрукты, семена, зелень, применяют при лечении различных болезней [3].

Таким образом, проанализировав концепции Томаса Сиденгама, сделаем вывод, что питание удовлетворяет одну из важнейших физиологических потребностей человеческого организма, обеспечивающую его формирование, функционирование, устойчивость к неблагоприятным воздействиям внешней среды. Но также питание играет важную роль в профилактике и в лечении многих заболеваний.

Литература

1. *Кистенева О. А.* «Салернский кодекс здоровья» Арнольда из Виллановы – страница истории геродиететики. Геронтология, 2013. № 1. С. 80-89.
2. *Кистенева О. А., Кистенев В. В.* Русский ученый-энциклопедист XVIII в. А. Т. Болотов об электромедицине. Вестник науки и образования, 2015. № 5 (7). С. 119-121.
3. Лечебное питание. М., 2002. 231 с.
4. *Меньшиков Ф. К.* Диетотерапия. М., 1972. 296 с.
5. *Сточик А. М., Затравкин С. Н.* Вклад Т. Сиденгама (1624-1689) в становление современной Западной медицины (к 390-летию со дня рождения). Терапевтический архив, 2014. Т. 86. № 8. С. 138-142.