

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
КУБАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ  
МИНИСТЕРСТВА ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
*Кафедра гигиены с экологией*

# **ИСТОРИЯ РАЗВИТИЯ ГИГИЕНЫ**

Краснодар, 2021 г.

## П Л А Н

1. Введение	3
2. Профилактическая медицина древности (Египет, Греция, Рим Китай, Индия, Япония)	6
3. Профилактическая медицина Древней Руси	17
4. Профилактическая медицина Средневековья	20
5. Профилактическая медицина эпохи Возрождения	20
6. Становление ГИГИЕНЫ как науки	23
7. Первые кафедры гигиены в России. Роль А.П. Доброславина и Ф.Ф. Эрисмана	24
8. Профилактическая медицина XX века и в настоящие дни в России	25
9. Заключение	28
10. Библиография	30

## ВВЕДЕНИЕ

**Г****игиена** –это наука о здоровье здоровых людей, это система научных знаний и практической деятельности, целью которой является укрепление и сохранение здоровья людей, предупреждение болезней и продление жизни.

Предложены различные варианты определения гигиены как науки. Так, **В.В. Даль** определял гигиену как искусство или знание беречь здоровье, охранять его от вредностей (3) . Энциклопедический словарь медицинской терминологии определяет гигиену как медицинскую науку, которая изучает влияние факторов окружающей среды на здоровье человека, его работоспособность и продолжительность жизни, разрабатывает гигиенические нормативы, требования и профилактические мероприятия, направленные на оздоровление населенных мест, условия жизни и деятельности людей (6).

**Р.Д. Габович** дает определение гигиены как науки, изучающей закономерности влияния окружающей среды на организм человека и общественное здоровье с целью обоснования гигиенических нормативов, санитарных правил и мероприятий, реализация которых обеспечит оптимальные условия для жизнедеятельности, укрепления здоровья и предупреждения заболеваний (3).

**Г.И. Румянцев** дает следующее определение: гигиена – область медицины, изучающая влияние условий жизни и труда на здоровье человека и разрабатывающая мероприятия по профилактике заболеваний, обеспечению оптимальных условий существования, сохранению здоровья и продлению жизни (2).

Как видно из приведенных вариантов определений гигиены, как

науки, это дисциплина профилактического направления медицины, наука о сохранении здоровья человека.

Как и любая самостоятельная наука, гигиена имеет свой специфический объект изучения, свою специфическую цель, задачи, методы исследования, законы и свою историю.

Специфическим объектом изучения гигиены является *практически здоровый человек*, т.е. человек, который способен полностью выполнять свои биологические и социальные функции (индивидуальное здоровье), коллективы практически здоровых людей, популяции, все население страны, отдельных регионов, и всей планеты Земля (3).



И.М. Сеченов (1829-1905 гг.) рассматривал организм человека в неразрывной связи с внешней средой. Он писал: «Организм без внешней среды, поддерживающий его существование, невозможен, поэтому в научное определение организма должна входить и среда, влияющая на него» (5).

Гигиена изучает влияние факторов окружающей среды на организм человека и разрабатывает мероприятия, обеспечивающие оптимальные для жизни условия.

Основными задачами гигиены в современных условиях являются разработка основ предупредительного и текущего санитарного надзора, санитарного законодательства, обоснование гигиенических мероприятий по охране и оздоровлению окружающей среды, условий труда и отдыха, охрана здоровья детей и подростков, участие в разработке основ рационального питания, а также санитарная экспертиза качества пищевых продуктов и предметов бытового обихода (2).

**ИДЕАЛОМ ГИГИЕНЫ** является: «Сделать развитие человека наиболее совершенным, упадок жизни наименее быстрым, жизнь наиболее сильной, а смерть наиболее отдаленной» (Э. ПАРКС).

Значимость гигиены для сохранения и укрепления здоровья населения понимали и высказывали в своих речах виднейшие представители российской интеллигенции.

Так, Д.И. Писарев (1840-1868 гг.), выдающийся русский демократ



и публицист, литературный критик ещё в 1865 г. писал: «Гигиена или изучение тех условий, которые необходимы для сохранения здоровья, приобретает в настоящее время преобладающее значение в глазах каждого мыслящего человека».



Великий русский *терапевт*, руководитель клиники внутренних болезней и кафедры внутренних болезней Московского Императорского Университета указывал: «Чем зрелее практический врач, тем более он понимает могущество гигиены и относительную слабость терапии (лечения)».



Всемирно известный хирург Н.И. Пирогов (1810-1881гг.) высоко ценил профилактические мероприятия, хорошо понимал выдающуюся роль формирующейся в середине 19-го века новой медицинской дисциплины – гигиены. Он говорил:

«Я верю в гигиену. Вот где заключается прогресс нашей науки.

Будущее принадлежит медицине предупредительной» (2,3).

# ИСТОРИЯ РАЗВИТИЯ ГИГИЕНЫ

История развития гигиены уходит своими корнями в глубокую древность. Можно условно выделить античный период, когда среди людей накапливались эмпирические сведения о съедобных и ядовитых объектах окружающей среды, о возможности длительного хранения питьевой воды в серебряных сосудах, о пользе солнца и т.д.



**Древний Египет.** Жрецы играли важную роль не только как служители культа, как носители морально-нравственных, религиозных, но и гигиенических правил и норм.



В 1874 г. в Фивах (Египет) был найден папирус (папирус Эберса). Его «возраст» составляет около 1500 лет до н.э. Он состоит из 108 листов, общая длина которых составляет 20,5 м. Этот папирус повествует о том, что у древних египтян широко использовались различные лекарства (в этом папирусе - более 900 прописей лекарств) и методы лечения. Кроме этого в нем описаны диетические правила, предписания по уходу за кожей (для жрецов), правила постройки зданий и осушения почвы (27).



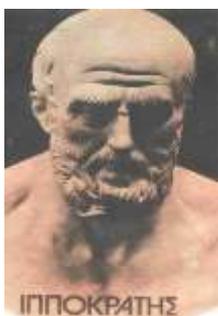
По преданию, пророк **Моисей** (13 век до н.э.), который вывел древних израильтян из Египта, где они до этого пребывали в рабстве, составил целый свод гигиенических предписаний. В этих предписаниях имеются правила содержания в чистоте колодцев и водохранилищ, правила удаления нечистот, правила изоляции заразных больных (!!!), правила устройства кладбищ, запрет родственных браков, запрет половых сношений в период менструаций. Он также распространил обрезания на всё мужское население,

которое до него было привилегией только египетских жрецов (13).



Философы **древней Греции** - Ликург, Солон, Пифагор и другие считали, что здоровье граждан является заботой государства. Еще около 1800 лет до н.э. законодатель и политик древней Спарты - Ликург Спартанский указывал на то, для здоровья необходимы *умеренность и закаливание*, что воспитание детей является обязанностью государства. Он писал: «Никто не существует сам по себе, но вместе с другими живет для целого» (10).

**ГИППОКРАТ** (460-377 гг. до н.э.) внес наиболее существенный



вклад в развитие медицины древности, в том числе, в профилактическую медицину. Его трактаты «О климатах», «О жилище», «О воздухе», «О воде», «О почве» явились образцом обобщения накопленных до него эмпирических сведений о сохранении здоровья человека. Его крылатая фраза –«Дом, куда редко заглядывает солнце, часто заглядывает врач» - не потеряла актуальности и в наши дни, в особенности, после развала СССР и бума жилищного строительства, не учитывающего опыта прошлых поколений о необходимости соблюдения соответствующих разрывов между противоположными зданиями. В «Наставлениях» он требовал от врачей «..заботиться о здоровых ради того, чтобы они не болели».

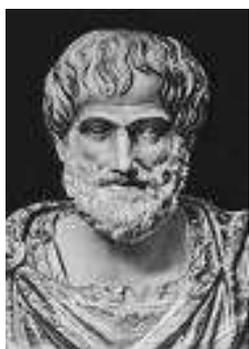
Мудрый и опытный врачеватель, он проповедывал здоровый образ жизни, основой которого считал умеренность во всем: «Cibi, potus, somnus, venus – omnia moderato sunt» т.е. еда, питье, сон, любовь – все должно быть умеренным (2).



**Платон** (прозвище, широкий, широкоплечий, настоящее имя Аристоклес 427-347 гг. до н.э.), ученик Сократа, учитель Аристотеля, писал: "...устроить теплые купания, для того, чтобы

эти купания давали укрепление утомленным полевыми работами членам, которые...гораздо более полезнее, чем помощь не особенно сведущего врача". "Необходимо назначить...городских смотрителей, которые...заботились бы о городских улицах,...о домах, для того, чтобы они строились согласно законам,...чтобы вся вода находилась в достаточном количестве... и сохранялась бы...чистою" (26).

Приведенные высказывания великого философа древней Греции убедительно свидетельствуют о важных профилактических мероприятиях, которые предлагали государственным деятелям не только врачи, но и философы, мыслители того времени.



**Аристотель** (384-322 гг. до н.э.), ученик Платона, учитель Александра Македонского, был сыном родителей благородного происхождения. Его отец, Никомах, придворный врач македонского царя, Аминты III, прочил своего сына на ту же должность и, вероятно, сам первоначально обучал мальчика врачебному искусству и философии, которая в то время была нераздельна с медициной.

Будучи уже известным философом и, по-видимому, унаследовав в какой-то степени врачебный менталитет, он писал: "...то, в чем мы больше всего и чаще всего нуждаемся для тела (воздух и вода), оказывает наибольшее влияние на здоровье". Для города – «хорошее расположение,...водоисточники лучше...в самом городе и в достаточном количестве». «Обязанность добропорядочного городского управления указать на различие между водой, пригодной для питья и предназначенной для других целей» (22).

**Древний Рим.** В «Законах Двенадцати таблиц», одном из древнейших сводов римского права - 5 в. до н. э.) отражены, кроме прочего, важные санитарные мероприятия: необходимость купаний, надзора за пищевыми припасами, каналами и клоаками. Здесь же

описаны правила погребения трупов, введен запрет на устройства кладбищ внутри города и др.(25).



В 614 году до н.э. в Риме было построено грандиозное сооружение, имеющее крайне важное гигиеническое значение - водопровод **Aqua Marcia**.

По этому водопроводу чистая питьевая вода поступала в Рим от водоисточников, расположенных за 10 км от Рима. Приблизительно в это же время в Риме было положено начало строительства не менее грандиозного и значимого с гигиенических позиций сооружения – подземной канализации, позволяющей осуществлять удаление сточных вод. И начал это строительство **Луций Тарквиний Приск** (616-579 гг.до н.э.), 5-ый



царь Древнего Рима. Подземная канализация - **Cloaca**

**Maxima** - позволяла сплавлять нечистоты в Тибр. Согласно описаниям очевидцев, внутри этой канализационной системы



могла свободно проезжать повозка, запряженная тройкой лошадей. В это же время в Риме было положено начало ещё одному важному с гигиенических позиций мероприятию - сооружению сети дренажных каналов и осушению болотистой почвы Рима.

Возвращаясь к водоснабжению Рима, нужно отметить его интенсивность. К первому столетию нашей эры в Риме было уже построено девять водопроводов. К этому времени в правительстве вечного города была учреждена почетная должность надсмотрщика за водой. Один из них - Юлий Фронтин - в конце 1-го столетия опубликовал книгу "О водоснабжении Рима". В ней он свидетельствовал о том, что по этим девяти водопроводам чистая ключевая вода с гор с расстояния 80 км доставлялась в

город в количестве 1,5 млн. тонн. Это позволяло римлянам построить и широко использовать многочисленные муниципальные и частные бани с водой, имеющей разную температуру (фригидарии, тепидарии и калидарии). Помимо этого, обилие воды позволяло содержать в чистоте дома, улица Рима, поливать зеленые насаждения и т.п. (9).



**Марк Витрувий Поллион** (вторая половина первого века до н.э.), автор трактата «Десять книг об архитектуре», придает огромное значение месту расположения постройки и ее ориентации по странам света, акустике и соразмерности как планов зданий, так и фасадов, что свидетельствует о его познаниях в естественнонаучных дисциплинах, математике, музыке, а также в философии. Витрувий указывает, что архитектор должен разбираться в географии, **климате, людях**, ему необходимы сведения из области **медицины**, оптики, перспективы, акустики, механики, геометрии и других разделов математики, знание гармонии и астрономии. В своих произведениях неоднократно подчеркивал высокую степень развития водоснабжения Рима (7).



Первый римский император **Гай Юлий Цезарь Октавиан Август** (63 г. до н.э. 14 г. н.э.), издал строительный Устав, установил высоту домов, которая стала составлять 21 метр, в домах стали устраивать внутренние дворики (патио), что позволяло проникать солнечному



свету практически во все комнаты. Взойдя на трон, он пообещал из Рима "глиняного" построить Рим из камня и мрамора (24).



Римский император **Нерон** (37-68 гг. н.э.) в

своём «Уставе» предусмотрел уже необходимость соблюдения соотношения между высотой домов и шириной улиц, с тем, чтобы противоположные дома не заслоняли от солнечного света друг друга (23), что, к сожалению, у нас в стране в сегодня практически полностью игнорируется.



**Авиценна** - великий врач раннего средневековья, в написанном им «Каноне медицины», историческом памятнике энциклопедического значения, значительное место уделил вопросам профилактики заболеваний. «Трактат по гигиене (устранение всякого вреда от человеческих тел путем исправления различных ошибок в режиме)», включенный им свой «Канон медицины», содержит познавательные сведения о воздухе, воде, различных продуктах питания, горячей и холодной пище, о бане, их влиянии на человека, и целый ряд правил личной гигиены (1).



В медицине **древнего Китая** *профилактике заболеваний отводилась решающая роль*. Профилактика болезней и укрепление здоровья носили государственный характер. «Мудрый лечит ту болезнь, которой еще нет в теле человека, потому что применять лекарства, когда болезнь уже началась, это все равно, что начинать копать колодец, когда человека уже мучит жажда, или ковать оружие, когда противник уже начал бой. Разве это не слишком поздно?» - говорилось в классическом сочинении "Хуан-ди Нэй-цзин" ("Каноне Желтого Императора о внутреннем"). В древнекитайской медицине предложена концепция: "Высшее искусство лечения - не допускать болезни" (30).



Как свидетельствуют древние литературные памятники, уже три тысячи лет назад в китайской медицине существовали четыре раздела - внутренние болезни, хирургия, **диетика** и ветеринария. Помимо известных во всем мире правил ведения здорового образа жизни, в ней были еще несколько принципов, которые необходимо выполнять для успешной профилактики: **определенные правила поведения человека, правильный образ жизни, правильная, удобная натуральная одежда, правильное питание** (в Древнем Китае существовала пытка: осужденного заставляли есть только мясо до тех пор, пока он не умирал от избытка холестерина и животных жиров, отравлявших артерии подобно сильнодействующему яду), **поддержание организма в здоровом состоянии**. Даже само лечение в китайской медицине направляется на укрепление организма и профилактику возможных заболеваний (19).

Основой профилактики заболеваний считались определенные комплексы упражнений. В первую очередь, как полагали в то время, они поддерживают равновесие между телом и духом. "Через совершенство тела - к совершенству духа" - важнейший принцип всех восточных систем самосовершенствования человека. До сих пор в странах Востока живо представление древних философов о том, что здоровье человека находится в прямой зависимости от его нравственных качеств. Только справедливый и великодушный человек может быть действительно здоровым.

Достижения древних даосов в искусстве продления жизни бесспорны. Они создали лучшую систему сохранения здоровья всех времен и народов.

Китайские императоры в заботе о продлении жизни щедро поддерживали изыскания даосских отшельников. Для них строились храмы, присылались щедрые дары. Ученые даосы были личными врачами и наставниками императоров и вельмож. Китайским импера-

торам, имевшим огромные гаремы, **было важно не только количество лет, но и качество жизни.** Методики укрепления здоровьем подвергались тщательному отбору - плохого врача ждало одно из сотен изощренных китайских наказаний.

Хотя современная наука знает гораздо больше о причинах возникновения болезней, о процессах, происходящих в организме человека, она все равно не может предложить ничего лучше того, что разработали древние: **движение** (как только здоровый человек перестает двигаться, его организм быстро теряет жизненную энергию), **осанка** (важнейший элемент долголетия), **предотвращение обезвоживания** (с возрастом содержание воды постоянно уменьшается и об этом образно выразился легендарный Лао цзы: "Трава и деревья при рождении мягкие и влажные, а в смерти - твердые и сухие"), **питание** («кто много ест, тот долго не живет, но зато он много ест») (14).



Примерно в V веке до нашей эры развились обе первые и важнейшие философские школы в китайской культуре: конфуцианство и даосизм. Если Лао-цзы высказывался о гармонии между человеком и Космосом, то **Конфуций предписывал точные правила для жизни.** Написанные ими классические труды оказали решающее влияние на развитие китайской медицины. Выдвинутые ими постулаты сохраняют свое значение и в настоящее время. В китайском искусстве целительства подчеркивается важный постулат: "только тот, кто избегает крайностей, останется здоровым, воплощая нераздельное единство тела, духа и разума" (21).

В X в., **гораздо раньше, чем в других странах, китайские монахи-даосы, жившие отшельниками в горных пещерах, научились делать прививки против оспы.** Источником прививочного материала были оспенные корочки, взятые от переболевшего

человека. Для предупреждения болезни их вводили в ноздри на ватном тампоне. Значительно позже возник метод нанесения оспенного материала на царапину.

О появлении прививок против оспы рассказывает древняя легенда. Во времена династии Сун (в конце X в.) умерли от оспы все сыновья первого министра императора Ван-дана. Когда он состарился, у него родился еще один сын, которого назвали Ван-су. Опасаясь, что и этот мальчик умрет от оспы, Ван-дан пригласил ко двору лучших врачей и объявил им, что когда у его сына появится оспа, они должны будут явиться к нему и вылечить ребенка общими усилиями. «Есть только один врач, способный победить оспу. Это женщина-монахиня. Она живет в хижине на вершине горы. Окрестные жители приносят к ней больных оспой детей, и все они выздоравливают» - ответили врачи. Тотчас послали за монахиней. Увидев маленького Ван-су, она положила руку ему на голову и сказала: «Этому ребенку можно привить оспу: его воздух и кровь хорошие, а предки имели неоспоримые добродетели». Монахиня взяла сухие оспенные корочки, предварительно растертые в порошок, нанесла их на влажные ватные тампоны, обвязанные красной ниткой, и ввела их в нос ребенка таким образом, чтобы нитка висела снаружи. Это позволяло легко вынуть тампоны и не давать им уйти слишком далеко при вдыхании воздуха. Через час тампоны были удалены. По истечении 7 дней у ребенка начался жар, а затем проявились признаки оспы, которая продолжалась 12 дней и закончилась полным выздоровлением. Ван-дан обрадовался такому счастью и хотел щедро наградить монахиню. Однако она отказалась от золота и вместо него попросила оказывать благодеяния поданным, и помощь императору в управлении государством, после чего вернулась в свою горную хижину *(в Европе прививки от оспы стали известны только в 1796 г., когда английский врач Э. Дженнер, родившийся в 1749 г. и умерший в 1823 г., разработал противооспенную*

вакцину и впервые привил оспу восьмилетнему мальчику. Попытки заразить этого мальчика оспой сначала через полтора, потом через пять месяцев после прививки не дали результатов. Прививка сделала мальчика невосприимчивым к заболеванию).

Китайские врачи умели сохранять оспенные корочки таким образом, чтобы ослабить опасность заражения без потери эффективности прививки (30).



**Древняя Индия** сделала для рождения современной медицины не меньше, чем наука любой другой древней страны. Рожденное в Древней Индии философское учение "Аюрведа" в переводе обозначает "знание жизни", "наука о долголетию" и "искусство жить". Аюрведа занимается главным образом здоровьем. Ее цель – научить человека не болеть. Руководствуясь принципами Аюрведы, индусы совершенствовали взаимодействие тела, ума и духа, чтобы жить легко, гармонично и активно. В арсенале Аюрведы ее величайшие сокровища – теория здоровья и теория болезни. В I–II вв. н.э. в Индии сложилась развитая система медицинских знаний, «в некоторых отношениях подобная системе Гиппократ и Галена, а в некоторых ушедшая еще дальше вперед», как писал о ней английский ученый-индолог Артур Бэшем. В основе индийской медицины лежало положение о целостности человеческого организма. Считалось, что только весь комплекс физических, психических и умственных состояний человека определяет его болезнь или здоровье. Лечение больного не прекращалось с выздоровлением. Лекарь обязан был продолжать наблюдение за пациентом и дальше, чтобы надежно обеспечить полное восстановление функций организма, гарантирующее здоровье и активное долголетие. Основы традиционной медицины долгое время передавались от учителя к ученику в устной форме (28).



***Древняя Япония и её макробиотика.*** Свет макробиотического подхода к основам здоровья с точки зрения ученых Древней Японии и мудрецов японской национальной школы здоровья на причины болезней людей

проливает Дао-Дзен. Они не торопились жить, как мы. Их выводы очень серьёзны и глубоки. Макробиоты считали устойчивое здоровье главным и необходимым условием счастья человека.

Причинами многочисленных болезней людей древние мудрецы называли: 1.неправильное сознание; 2.неправильное дыхание; 3.неправильное питание.

Эти причины являются истоками тридцати тысяч болезней. Первая причина указывает любому здравомыслящему человеку, что заблуждения в научнообразных выводах, мудрствования относительно индивидуальности каждого человека и даже желание давать болезням свои имена есть следствие неосведомленности в области объективных глобальных биологических законов.

Это случается только потому, что нынешнее образование людей не дает основ здоровья, а наука о болезнях «правит бал», усугубляя неправильное сознание как причину многих тысяч болезней.

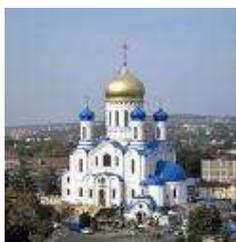
Невыполнение объективно действующих законов природы влечёт за собой дегенерацию организма, выражающуюся в болезнях — полиартрит, атеросклероз, сколиоз, цирроз, камни и, главное — микроэлементозы.

Рассматривая причины болезней, возникающих из-за неправильного питания, макробиоты Древней Японии отметили семь этапов загрязнения тела человека «пищевыми соками» из грязного кишечника с завалами не переваренной пищи.

Завалы хранятся десятками лет и отравляют кровь человека самыми различными ядами. Из-за грязи в кишечнике, образовавшейся вследствие нарушения нормальной физиологии пищеварительного

тракта, человеческий организм дает сбои в виде болезней. Древние японские ученые выделяли семь этапов «загрязнения тела и их последствия: первый — усталость; второй — усталость с головной болью; третий — ненормальные выделения (как следствие — аллергия); четвертый — застои и отложения (киста, опухоль, полип, камни); пятый — деформация органов, их формы и функции меняются (атеросклероз, ревматизм, полиартрит, цирроз); шестой - развитие параличей (конечностей, лица, внутренних органов); седьмой - разложение клеток и органов (рак, как «месть Природы за не выполнение её законов»).

Макробиотика Японии была в свое время экологической наукой о здоровье человека. Её постулаты о причинах болезней близки к законам, описанным В.И.Вернадским для живых существ биосферы. Болезни неправильного питания перекликаются законом В.И. Вернадского: «Никакой живой организм не может жить в создаваемых им отходах» (20).



**Древняя Русь.** Для своего времени санитарная культура Древней Руси была достаточно высокой. В «Истории» Геродота (485-425 гг. до н.э.) приводятся сведения о том, что в ней широко пользовались банями (один из пунктов заключенного с Византией договора предусматривал право русский купцов бесплатно пользоваться банями), мылоподобными веществами, использовалась сера (для дезинфекции), известны были приемы бальзамирования и пр. В рукописях содержатся сведения о том, что в Новгороде и других городах были деревянные мостовые, в ряде монастырей (Троицко-Сергиевском, Соловецком, Киево-Печерском), в Москве, Новгороде, Пскове действовали водопроводы.

Важные гигиенические сведения в Древней Руси можно был почерпнуть из **"Изборника Святослава" 1073 и 1076 годов**. Основу

его составили греческие книги, переведенные в X веке на болгарский язык, а затем переписанные и дополненные древнерусскими книжниками. Здесь есть записи об астрологии, лекарственной ботанике, минералогии, **гигиенические советы, рекомендации о диетах**, медицинские сведения. В "Изборнике" указаны названия и даны описания наиболее распространенных на Руси болезней, особенно психических, **предпринята попытка уяснить их причины**, поставлен вопрос о целях и задачах врачевания (15).

Киевский князь Владимир Мономах, правивший на рубеже XI-XII веков, в составленном им "Поучении" призывал собственных сынов как будущих народных правителей: "Будьте отцами сирот. Не оставляйте сильным губить слабых. Не оставляйте больных без помощи».



Внучка Владимира Мономаха - **ЕВПРАКСИЯ** (XII век) - получила прекрасное образование. С детства она интересовалась секретами народной медицины, изучала свойства целебных растений и мазей. Став взрослой, она начала лечить людей бедного сословия. За свои успехи в лечении и за любовь к людям Евпраксия была прозвана в народе Добродеей - "делающей добро". В 1122 году Евпраксия вышла замуж за Византийского царя Алексея Комнена и получила новое имя - Зоя. Живя в Византии, имеющей гораздо более высокий уровень медицинской организации в сравнении с Киевской Русью, у Евпраксии - Зои появляется больше возможностей для медицинского образования: она беседовала с учеными, читала Гиппократ, Авиценну и др. Евпраксия сделала поистине революционный шаг – в 30-х годах XII века свои теоретические и практические знания она обобщила в медицинском трактате "Алимма" ("Мази"), руководстве по врачеванию, которое сегодня хранится во Флорентийской библиотеке Лоренцо Медичи. Это медицинский труд, посвященный вопросам

физиологии, гигиены, пропедевтики и профилактики некоторых болезней. Русские историки считают его первым научным медицинским трудом, написанным женщиной. Этот трактат состоит из пяти частей. В первой части дается общий обзор представлений о гигиене (об образе жизни в разные времена года, о пище, питье, сне и покое, о бане, об уходе за ребёнком и пр.). Во второй части она приводит советы по соблюдению гигиены в браке, во время беременности и по уходу за новорожденным. В третьей части даны представления о гигиене питания. В четвертой приводится информация о наружных болезнях и рецепты лечения зубных и кожных заболеваний. В пятой части даются описания «сердечных» и «желудочных» заболеваний, и советы по их профилактике. Некоторые советы, данные Евпраксией в ее труде, вполне соответствуют современным подходам. Например, в главе "Как должна вести себя беременная женщина", она дает разъяснение о том, что беременная женщина должна избегать усталости, должна мыться в бане с умеренной температурой. В главе "Как должна вести себя кормящая женщина" Евпраксия - Зоя пишет о том, что кормящая женщина должна быть молодой, здоровой, с умеренным весом, и должна иметь белое молоко с приятным запахом. Кормящая женщина должна содержать свое тело в чистоте, то есть мыться в бане каждый третий день. Также она должна иметь дополнительное питание (3,18).

В XII-XIII веках был переведен греко-византийский сборник изречение "Пчелы", содержащий высказывания античных и византийских медиков и философов (Демокрита, Пифагора, Сократа, Аристотеля, Эпикура, Диогена, Теофраста, Плутарха, Диодора Сицилийского и др.). Для того, **чтобы сохранить крепкое здоровье**, "Пчелы" **рекомендовали** не скрывать немощь от врача, а

пресекать ее в зародыше; много трудиться и **вести умеренный образ жизни** (29).

Чуть позже в России Руси появился «Домострой», важный документ, в котором были указаны позиции профилактического характера, в том о пищевой санитарии, в частности, предписывалось тщательно числить, мыть посуду, полоскать её горячей водой и пр.



Позднее средневековье в развитии профилактического направления в России связано с именами таких ученых, врачей и просветителей как Данило Самойлович, Фома Барсук-Моисеев, Юрий Котермак-Дрогобыч и др.(3).

**Эпоха средневековья** в Европе (XII-XV века) характеризуется резким упадком санитарной культуры и всех наук, гонениям церковников-инквизиторов на всех «инакомыслящих», утратой ценностей, относящихся к «телу» и заботой только о «душе». Жилища в те времена были в крайне низком санитарном состоянии, в большинстве городов не было водопроводов и канализации, отбросы и нечистоты зачастую выбрасывались прямо узкие улицы. Отрицательно повлияли на уровень санитарной культуры многочисленные феодальные войны и крестовые походы. Это привело к многократным эпидемиям особо опасных заболеваний, в том числе чумы, от которой только в, по различным сведениям погибло до 25 млн. человек (2,3).

Однако всему есть начало и всему есть конец.

Наступила **эпоха Возрождения, Ренессанса**.



Величайший итальянский ученый, художник, скульптор, инженер, математик того времени Леонардо да Винчи (1452-1519 гг.) пишет произведения «О зрении, свете, тепле и солнце», «О строении человека, о частях тела и их функциях», «Вода и жизнь» и др., в которых проливается свет на многие стороны человеческой жизни, создает инструменты и машины и всем этим дает мощный импульс развития наук и искусств, в том числе медицины (7).

С зарождением капиталистического способа производства, развитием фабрик и мануфактур связаны крупные географические открытия, поиск новых сырьевых рынков и рынков сбыта, развитие искусств, науки и техники.



Известный немецкий ученый - металлург, минеролог, врач Георгиус Агрикола (1494-1555 гг.) издает труд о профессиональных вредностях горняков. С именем голландского ученого Антони ван Левенгука (1632-1723 гг.) связано открытие микроскопа и дальнейшие крупные открытия в области микромира (31).



Бернардино Рамаццини (Ramazzini) (1633 - 1714), итальянский врач, основоположник гигиены труда. Учился в Феррарском и Пармском университетах. С 1700 г. руководитель кафедры практической медицины Падуанского университета. Основной труд Рамаццини - «О болезнях ремесленников. Рассуждение» (1700 г.), в котором описаны болезни, присущие лицам более 50 профессий («О болезнях писателей и учёных», «О болезнях писцов», «О болезнях фармацевтов» и т.д.). Рамаццини особо выделял вредности, исходящие от обрабатываемого материала (ртуть, свинец), от приёмов работы и рабочей позы (у портных,

строителей), внешней среды (у рыбаков, мукомолов, горняков, печатников, ткачей, пивоваров и др.), дал рекомендации по предупреждению возникающих от этих вредностей болезней (16).



Михаил Васильевич Ломоносов – великий русский ученый - внес значительный вклад в ряд наук, таких как физика, химия, математика, металлургия и др., а также в литературу и искусство. В своем письме Шувалову «О сохранении и размножении российского народа» (1761 г.) рассматривал обширный круг вопросов общественной и личной гигиены. Под влиянием этого послания в этот период в России издаются документы, в которых среди прочих очерчены и санитарные вопросы: «Наказы губернаторам и воеводам», «наказы по вопросам охраны здоровья населения» и др. Его сочинение «Первые описания металлургии и рудных дел» содержит важные сведения о вентиляции шахт, об одежде рудокопов, об удалении воды из забоев, о газах, пыли в шахтах и пр., о болезнях шахтеров – «чахотке») (17).

Великий русский полководец А.В. Суворов в это время издал приказ, в котором указывались правила режима казарм, питания и водоснабжения солдат в мирное и военное время (3).

Вопросы личной и общественной гигиены в это время освещал в своих лекциях и научных трудах профессор Московского университета С.Г. Зыбелин (1735-1802 гг.), а Матвей Яковлевич Мудров (1776-1831 гг.) первым начал читать в Московском университете курс лекций по военной гигиене. В 1809 году 9 июля он произнес актовую речь «О пользе и предметах военной гигиены, или науке сохранять здоровье военнослужащих». Под влиянием идей М. Мудрова в 1813 г. В Петербурге доктор Энегольм издал «Карманную книгу военной гигиены, или замечания о сохранении здоровья русских солдат (3).

Дальнейшее развитие и становление гигиены как науки связано с выдающимися научно-естественными открытиями конца XVII – начала XIX веков.

В это время был опубликован возглавлявшим Петербургскую медико-хирургическую академию с 1805 по 1808 гг. И.П. Франком один



из первых и фундаментальных работ по общественной медицине – «Система всеобщей медицинской полиции» в 9-ти томах, в которых описывались среди прочих и санитарные мероприятия (3).

Своими корнями гигиена как наука уходит в физиологию.

Именно физиологи Франции (М. Леви, Р. Эстерлен), Англии (Э. Паркс), Германии (М. Петтенкофер, М. Рубнер) и др. стали применять эксперимент в своих исследованиях, что явилось важнейшим шагом к становлению гигиены как самостоятельной науки. Эти же ученые, в

частности, М. Петтенкофер (1818-1901 гг.) и М. Рубнер (1854-1932 гг.) создали первые учебники по гигиене и стали преподавать ее в медицинских университетах.

М. Петтенкофер, врач, известный физиолог и руководитель одной из крупнейших в Европе



XIX века физиологических школ, у которого стажировались Ф.Ф. Эрисман, И.П. Павлов и другие ученые, в 1865 году открыл в Мюнхенском университете и стал руководить первой кафедрой гигиены. Его большая заслуга – разработка и использование в экспериментальных исследованиях различных физико-химических, физиологических и других объективных методов исследований факторов окружающей среды для их гигиенической оценки (2).

Одним из первых учебников по гигиене, переведенных на русский язык, был учебник Макса Рубнера, в котором на 1066 страницах подробно излагались вопросы гигиены воздуха, тепло-

обмена, климата, почвы, планировки населенных мест, водоснабжения, питания, промысловой гигиены (гигиены, или медицины труда), содержания общественных домов, тюрем и т.д. (4).



Развитие гигиены как самостоятельной науки тесно связано с именем А.П. Доброславина (1842-1889 гг.), который создал первую в России кафедру гигиены в 1871 году в Петербурге в Медико-хирургической академии (кафедра общей и военной гигиены). О необходимости открытия такой кафедры ещё в 1841 г. указывал Н.И. Пирогов, в связи с объективной потребностью в этом. А.П. Доброславин выпустил для слушателей академии первый учебник по общей и военной гигиене, основал и редактировал первый гигиенический журнал «Здоровье», внес существенный вклад в практику гигиены лабораторные методы исследований, организовал химико-аналитическую гигиеническую лабораторию и т.д. (2,3).

Затем, в 70-80-х годах XIX века в Москве, Казани, Киеве, Харькове, Одессе начинают работать крупные ученые-гигиенисты, открываются кафедры гигиены (3).



Яркой личностью в общественной жизни России конца XIX века был Федор Федорович Эрисман (1842-1915 гг.) - настоящее имя - Фридрих Гульдрейх. Швейцарец по происхождению, окулист по образованию, получивший разностороннее образование, стажировавшийся у великих окулистов Гельмгольца и Кирхгофа, занимался изучением социальных наук. В 1869 г. Эрисман приехал в Петербург, где сдал экзамен на доктора медицины в военно-медицинской академии и вначале занимался частной практикой по глазным болезням. В это же время он занимался изучением зрения у

школьников и издал труд "О влиянии школы на происхождение близорукости", в котором явился пионером русской школьной гигиены. В 1872 г. Эрисман совсем оставил практическую деятельность и течение 2-х лет занимался в физиологическом институте профессора Фойта и в гигиенической лаборатории знаменитого Петтенкофера. В это время кроме многих экспериментальных работ, Эрисманом было написано "Руководство к гигиене" в 3 томах, "Общедоступная гигиена", переведенная на языки немецкий, голландский, шведский, венгерский и финский, и целый ряд статей по школьной гигиене. В 1877 - 1878 годах Эрисман по приглашению главного военно-медицинского управления, руководил дезинфекционными работами на театре военных действий русской армии за Дунаем. В 1879 г. он был приглашен московским земством для организации санитарных исследований фабрик и заводов Московской губернии, которая совместно с врачами Погожевым и Дементьевым продолжалась до 1885 г. Результаты исследования напечатаны в 17 томах. Эрисман явился одним из создателей санитарной службы в России, идеология которой практически сохранилась до наших дней.

В 1882 г. совет Московского университета удостоил его степени доктора медицины "honoris causa" и избрал его на вакантную кафедру гигиены, которую он занимал до 1896 года, когда его царское правительство попросило оставить Россию, как политически неблагонадежного, поддерживающего бунтарские выступления студентов университета (2,3,12).

### ***Гигиена в 20 веке и в наши дни.***

Бурный расцвет гигиенической науки и санитарной практики пришелся на 20 век. Гигиена не только заявила о себе как самостоятельная наука, но дифференцировалась по направлениям научных интересов и санитарного надзора. В ряде городов (Ленинград, Москва,

Казань, Горький, Сталинград, Куйбышев, Новосибирск, Омск, Томск, Ростов-на-Дону и др.) в медицинских вузах нашей страны были открыты санитарно-гигиенические (ныне – медико-профилактические факультеты) для подготовки высококвалифицированных кадров – санитарных врачей. Была создана лучшая в мире система санитарно-противоэпидемической службы, которая выдержала испытание временем, в том числе, и в период Великой Отечественной войны, которая позволила избежать массовых эпидемий болезней среди населения нашей страны (2,3).

В этот же период выделились как самостоятельные дисциплины коммунальная гигиена (Хлопин, Сысин, Марзеев, Сидоренко), гигиена детей и подростков (Мольков, Сердюковская, Сухарев), гигиена или медицина труда (Галанин, Летавет, Андреева-Галанина), гигиена питания (Петровский, Покровский, Ванханен, Шицкова), военная гигиена (Кротков, Околов), токсикология (Лазарев, Трахтенберг, Медведь), физиология труда (Розенблат, Солонин), космическая медицина эпидемиология (2,3).

Сформировано и активно работает научное общество гигиенистов и санитарных врачей, являясь своеобразной школой обмена опытом и, одновременно, способствуя повышению квалификации специалистов санитарной службы страны.

В нашей стране создана сеть гигиенических научно-исследовательских институтов различного подчинения в том числе, при Академии медицинских наук и ведомственных, в которых проводились и проводятся в настоящее время фундаментальные и прикладные исследования, разрабатываются санитарно-гигиенические требования правила, нормы, нормативы, указания, методические рекомендации, новые методики исследования факторов окружающей среды и т.д.

В наши дни научные исследования по вопросам гигиены координируются головными академическими научно-исследовательскими

институтами во главе с академиками Измеровым, Рахманиным, Кучмой и другими, а санитарную службу России возглавляет академик Г.Г. Онищенко (11).

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Современная медицина, базируясь на многовековом опыте охраны здоровья людей и оказания медицинской помощи, имеет два направления, профилактическое и лечебное. Однако такое размежевание на практике по своей сути условно, поэтому говоря о сохранении здоровья населения, обычно используют термин «лечебно-профилактическая работа». Важно при этом подчеркнуть, что приоритетом отечественной медицины была и остается её профилактическая направленность.

В её основе лежит первичная профилактика – широкая система государственных, медицинских и общественных мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья людей, на воспитание здорового молодого поколения, на повышение работоспособности, увеличение продолжительности активной трудовой деятельности и жизни человека.

Вторичная профилактика своей целью ставит предупреждение рецидивов хронических заболеваний, увеличения продолжительности периодов ремиссии и обострения хронических болезней, которую реализуют практикующие врачи-лечебники.

Наконец, третичная профилактика нацелена на систему реабилитационных мероприятий.

Во главе угла всех мероприятий профилактической направленности лежит базовая система знаний, наука под названием гигиена.

Эта наука в своих исследованиях опирается на надежный фундамент смежных дисциплин, таких как физиология, патофизиология, физика, химия, эпидемиология, токсикология, климатология, технические, общественные науки и др. Для решения своих целей и задач современная гигиена широко использует самые разные методы исследований, такие как санитарное обследование объектов, экспери-

ментальные исследования, физические, химические, биологические, микробиологические, физиологические, антропометрические, математические и другие методы исследования.

В настоящее время приоритетными направлениями в гигиене являются: загрязнение атмосферного воздуха, загрязнение открытых водоемов и подземных вод, загрязнение почвы, загрязнение продуктов питания (в том числе, трансгенными компонентами), гигиена жилых и общественных зданий, очистка населенных мест, новые техногенные факторы, экологически обусловленные болезни.

Решение этих вопросов и научное обоснование соответствующих гигиенических регламентов будет важным вкладом в реализацию государственной проблемы охраны здоровья населения России.

## БИБЛИОГРАФИЯ

1. Абу Али Ибн Сина. Трактат по гигиене. / Ташкент.: Изд-во ЦК Компартии Узбекистана, 1982.- 108 с.
2. Гигиена: учебник для вузов / Ред. Г.И. Румянцев.- М.:ГОЭТАР-МЕД, 2002.- 608 с. (Серия «XXI век»).
3. Общая гигиена. Пропедевтика гигиены. Учебник для иностранных студентов / Е.И. Гончарук, Ю.И. Кундиев, В.Г. Бардов и др.- Київ.: «Вища школа», 2000.- 652 с.
4. М. Рубнер. Учебник гигиены / СПб.:«Практическая медицина». - 1897. - 1066 с.
5. Сеченов И.М. О растительных актах животной жизни//Мед. вестн., 1861.-№ 28.-С. 17.
6. Энциклопедический словарь медицинской терминологии /М.1982.-Т.1.-
7. С. 269. <http://www.abc-people.com/data/leonardov/018pic.htm>
8. <http://www.alhimik.ru/great/lomonos.htm>
9. [http://artclassic.edu.ru/catalog.asp?ob\\_no=19149](http://artclassic.edu.ru/catalog.asp?ob_no=19149)
10. <http://bibliotekar.ru/421/index.htm>
11. <http://bse.sci-lib.com/article099422.html>
12. <http://www.diclib.com/cgi-bin/d1.cgi?base=bse&page=showid&id=85116>
13. [http://www.cathedral.ru/holy/svatoi\\_moisei](http://www.cathedral.ru/holy/svatoi_moisei)
14. <http://daofanshu.narod.ru>.
15. <http://www.ghist.by.ru/history/russia/texts/izbornik.html>
16. <http://www.google.ru/search...>
17. <http://www.google.ru/search?hl=ru&q=%D0%.....>

18. [http://www.istrodina.com/rodina\\_articul.php3?id=328&n=24](http://www.istrodina.com/rodina_articul.php3?id=328&n=24)
19. <http://www.ladydreams.ru/?item=11128>
20. <http://magericmed.ru/modules/articles/article.php?id=76>
21. <http://www.newacropol.ru/Alexandria/philosophy/Philosofs/Konphutsii/>
22. <http://www.peoples.ru/science/philosophy/aristotel/>
23. <http://www.peoples.ru/state/king/roe/nero/>
24. <http://persona.rin.ru/view/f/0/19653/oktavian-avgust>
25. <http://planeta.rambler.ru/community/civic/9999862.html>
26. <http://www.portal-slovo.ru/rus/history/85/140/>
27. [http://www.profilaktika.ru/index.php?id\\_mag=25&id\\_st=385&id\\_rub=193](http://www.profilaktika.ru/index.php?id_mag=25&id_st=385&id_rub=193)
28. [http://www.profilaktika.ru/index.php?id\\_mag=27&id\\_st=460&id\\_rub=228](http://www.profilaktika.ru/index.php?id_mag=27&id_st=460&id_rub=228)
29. <http://www.sygeplejersken.dk/nh/manuel/CHAPTER1.htm>
30. <http://www.tiensmed.ru/articles/inian11.html>
31. <http://worldleonard.h1.ru/>