

**Роуз Шапиро**

---

**КАКА АЛТЕРНАТИВНАТА МЕДИЦИНА  
НИ БАЛАМОСВА**

София, 2014

Преводът е направен по изданието:

**ROSE SHAPIRO**

**SUCKERS**

**HOW ALTERNATIVE MEDICINE MAKES FOOLS OF US ALL**

**Harvil Secker, London**

Всички права запазени. Нито една част от тази книга не може да бъде размножавана или предавана по какъвто и да било начин без изричното съгласие на „Изток-Запад“.

Copyright © 2008 by Rose Shapiro

© Елена Филипова, превод, 2014

© Издателство „Изток-Запад“, 2014

ISBN 978-619-152-417-4

РОУЗ  
ШАПИРО

КАК АЛТЕРНАТИВНАТА  
МЕДИЦИНА НИ  
БАЛАМОСВА

Превод от английски  
*Елена Филипова*





# Съдържание

Предговор .....	7
Глава 1. <b>Древно и съвременно: как волното поколение стана болното поколение.....</b>	11
Глава 2. <b>Как да разпознаем шарлатанина .....</b>	35
Глава 3. <b>Пълни с обещания от Изтока.....</b>	61
Глава 4. <b>Евробуламач: билки, хомеопатия и загадката на липсващите молекули.....</b>	97
Глава 5. <b>Псевдонаука с нови, допълнителни псевдоуреди.....</b>	137
Глава 6. <b>Манипулации на ваш гръб .....</b>	161
Глава 7. <b>Рак: когато наистина е от значение, че алтернативната медицина не действа .....</b>	195
Глава 8. <b>Мании, моди и мошеничества .....</b>	235
Глава 9. <b>За мен действа.....</b>	267
Глава 10. <b>Здравият скептицизъм.....</b>	293
Благодарности.....	319
Други четива по темата.....	320
Библиография .....	323

*Един урок по глупост  
струва колкото два по мъдрост.*

Том Стопард, „Аркадия“

## ПРЕДГОВОР

В наши дни сме свидетели на епидемия от алтернативна медицина. Съществуват сигурно хиляда различни алтернативни терапии, повечето от които нямат нищо общо помежду си, освен един немаловажен момент – няма доказателства, че действат.

Алтернативната медицина е голям бизнес. По последни оценки във Великобритания годишните разходи за комплементарна и алтернативна медицина (известна като КАМ) са 4,5 милиарда лири, един пазар, нараснал с близо 50% през последните десет години.<sup>1,2</sup> Сто деветдесет и един милиона лири се харчат за лекове, продавани без рецепта, като например хомеопатични и билкови лекарства, а все по-често избираме и лична консултация с някой от почти петдесетте хиляди алтернативни терапевти.<sup>3</sup> Тези самоназначени и в голямата си част нелицензирани лечители на практика са по-многобройни от личните лекари във Великобритания. А вече дори и личните лекари се включват в театъра на КАМ – въпреки научната си медицинска подготовка над половината от британските лични лекари сега предлагат алтернативна медицина, било то лично или чрез пренасочване.<sup>4</sup>

Като всеки успешен маркетинг, светът на КАМ показва какво може да се постигне само с една смяна на името. Същият кръг от практики, наричани в средата на ХХ в. шарлатания или периферна медицина, бяха преименувани на „алтернативна медицина“ през 60-те и 70-те години. Терминът „комплементарна медицина“ беше скалъпен през 90-те, а сега, вдъхновени от идеята, че „алтернативната“ медицина „може да рабо-

ти редом“ и следователно да „допълва“ ортодоксалната научна медицина, всички тези терапии са обединени в един кюп като комплементарна и алтернативна медицина, или КАМ.

По-нататъшното ребрандиране издигна идеята за „интегративна медицина“. Тук вече нещата излизат от контрол. В едно свободно общество всеки е в правото си да прави неща, които смята за полезни за здравето, стига да не вреди непосредствено на околните. Само че целта на интегристите, с принц Чарлс като техен знаменосец във Великобритания, е в бъдеще всички да бъдем лекувани с някаква смесица от доказани, недоказани или опровергани терапии и диагностични методи, осигурявани от държавата. И нещо още по-тревожно и ядосващо скептиците, държащи на фактите – проучване след проучване показват, че тъкмо този подход е онова, което желаят и голяма част от пациентите.

Какви недоказани и опровергани терапии имам предвид? За да сме наясно, нека ги изброим по азбучен ред: автогенна тренировка, акупунктура, ароматерапия, астрологична медицина, Аура Сома, аюрведична медицина, билколечение, биообратна връзка, биорезонансна терапия, биоритми, биохимични тъканни соли, вибрационно лечение, дишане „Бутейко“, енергийна медицина, индийски масаж на главата, йорей, иридология, краниална остеопатия, краниосакрална терапия, кристалолечение, магнитотерапия, метаболитно типизиране, метаморфна техника, метод на Александър, моксотерапия, натуропатия, нулево балансиране, нутриционистка медицина, остеопатия, полярна терапия, приложна кинезиология, промивки на червата, радионика, рейки, рефлексология, ролфинг, светотерапия, свещи за уши „Хопи“, терапевтично докосване, терапия на мисловното поле, уринотерапия, ушна акупунктура, хелаторна терапия, хиропрактика, холографско пренастройване, хомеопатия, цветолечение на д-р Бах, цветотерапия, чай комбуча и шиаци. Всяка една от тях или използва диагностични методи без доказана фактологична основа, или съдържа неподкрепени с доказателства или опровергани твърдения за ефекта и ползата. На тези лекове и терапии им е отредено да играят все по-голяма роля в нашето здравеопазване, само че странно защо в епохата на доказателствената



медицина тяхното настъпление не среща никаква или почти никаква обществена съпротива.

Повечето от тези шарлатански лечения са просто безрезултатни – като например хомеопатията, при която в лекарството няма лекарство. Други са опасни, било то сами по себе си или защото евентуално лековете им са били смесени с неконтролирани количества силни медикаменти като стероиди или забранени амфетамини.<sup>5</sup> Много потребители на алтернативната медицина се въздържат или дори избягват да се подлагат на ортодоксално лечение, когато са болни – в това число хора с рак. Един документален филм на Би Би Си представи трагичния случай на мъж, умиращ в агония от рак на черния дроб, след като лечителката му – „диагностициращ и лекуващ интуитивист“ – го посъветвала (по телефона – тя изобщо не се срещнала с него) да изостави всякакви ортодоксални лекарства, дори болкоуспокояващите.<sup>6</sup>

В наши дни дори и да не страдаме от някакво конкретно заболяване, ние сме призовавани да се стремим към нещо повече от простата липса на болест – към едно състояние, известно като „оптимално здраве“ или „съвършено благополучие“. „Оптималното здраве“ е гигантско начинание, изискващо подробно четене на специални книги и вестникарски статии, разнородни ограничителни диети, методи за вътрешно прочистване и най-различни терапии от всякакви култури, континенти и исторически периоди. Рафт подир рафт в скъпите магазини за здравословни храни са изобилно заредени с подобни лекове, както и с т.нар. добавки за „интелигентно хранене“. Ако не знаете как стоят нещата, може да си помислите, че заможната им клиентела е на смъртно легло.

Това е тема, която далеч не ми е безразлична. Онова, което научих в хода на проучванията си и писането на книгата, само засили чувството ми на възмущение и потрес от широко разпространеното приемане на алтернативната медицина и все по-високия статут, който ѝ се отрежда. Имам намерение да покажа как алтернативната медицина излага здравето ни на риск и освен че смуче пари, в голямата си част е нерегулирана и неотговорна, скъсява живота на хората, страдащи от тежки заболявания, и прави всички ни на глупаци. В най-лошия си

вариант тя е измама, а когато някой ни направи жертва на измама, той подкопава интелектуалната ни култура. Трябва да разберем как и защо се е случило това... Трябва да разберем как и защо се е случило това, както и какво говори то за нас, потребителите на КАМ от двадесет и първи век.

## ГЛАВА 1

# **ДРЕВНО И СЪВРЕМЕНО: КАК ВОЛНОТО ПОКОЛЕНИЕ СТАНА БОЛНОТО ПОКОЛЕНИЕ**

Уникалният рекламен акцент на алтернативната медицина е, че тя предлага диагностични системи и терапии, които не се били променили от хилядолетия, а като източник на авторитета ѝ се привежда древната мъдрост. Само че онези, които лансират алтернативната медицина, имат любопитно избирателен подход към древната мъдрост, като често пъти възраждат едни от най-неубедителните страни от мисленето на предците ни.

По-обстойният преглед на историята на медицината веднага ни разкрива една съществена слабост във философията на защитниците на КАМ. Той показва, че те са пропуснали един от най-важните уроци на историята: тъкмо отхвърлянето на суеверията, заедно с развитието на научния метод, е било онова, което е довело до една медицина от колосална полза за човечеството. Само допреди сто години хората на Запад са могли да очакват да живеят средно докъм средата на четиридесетте си години, а заразните болести са убивали половината деца още преди да навършат десет години. Оттогава насам е налице съществено увеличение в очакваната продължителност на живота, факт, който подсказва, че днес всъщност сме по-здрави от когато и да било преди. Сега ние можем да очакваме с голяма вероятност да доживеем до

осемдесетте и деветдесетте си години, а правителствата ни са затънали в пенсионни кризи, дебати за пенсионната възраст и проблеми, предизвикани от растящия процент немощно и зависимо население, измъчвано от болестите на старостта като например деменция.<sup>7</sup> Това ново дълголетие е станало възможно благодарение на съчетанието от научна медицина и подобрения в канализацията, хигиената, битовите условия и храненето.

Предците ни не са били толкова благодетелствани. Едно време медицината, основаваща се на вяра, магии и суеверия, е била единствената медицина. Някъде докъм 3000 г.пр.н.е. молитвите, заклинанията и жертвоприношенията са били всичко, с което изобщо е разполагал човек. Навсякъде, където са се развивали човешки общества, било то в Китай, Европа или Австралия, се е развивала и идеята за онова, което днес наричаме медицина, но лечението се е заключавало най-вече в проби и грешки. При ограничените знания дори и за най-елементарната анатомия всяко възстановяване се приписвало на последното изпробвано нещо, на прищявката на боговете, на идоли и на разположението на планетите. Механизмите на болестите изобщо не се разбирали. Никой не си давал сметка, че тенията може да се хване от ядене на сурово месо, или че бясът може да се прихване от ухапване на вълк. Ако си болен, просто си оздравявал или не си оздравявал, често пъти второто. Най-злостастните били изоставяни да умрат сами или били обричани на трайно изключване от обществото, като например прокажените – чак до появата на съвременните видове лечение през XX в.

Сега знаем, че когато скитащите ловци-събирачи започнали да усядат и да обработват земята в тясна близост един с друг и с животните си, е било неизбежно да последва е увеличение на заболяемостта. Туберкулозата, грипът, мърбилито и дори обикновената настинка водят началото си от този засилен контакт. Смъртоносни болести като коремния тиф, холерата и полиомиелита се пренесли сред хората от водата, замърсявана от тях самите и от добитъка им. И колкото по-голяма била гъстотата на човешкото население, толкова по-голям бил и рискът. По онова време никой нямал

представа защо, нито как да се предпази от тези пагубни болести.

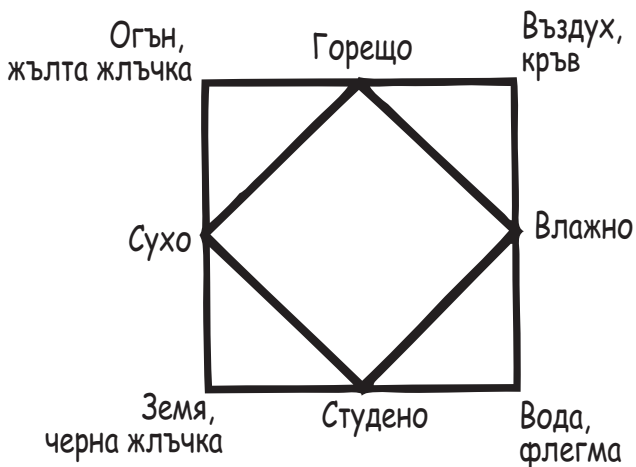
Билколечението възникнало на този ранен етап от човешката история. Дори и да нямали познания по фармакология, хората можели да забележат, че някои корени, горски плодове и листа имали мощно въздействие. Вярването им, че прогонват демони, а не че дават лечебно вещество – като например салицилова киселина, намираща се във върбата, преработена впоследствие до онова, което днес наричаме аспирин, – не е имало никакво значение за изхода. А оздравееш ли, не те интересувало особено дали за това били отговорни листата, които си изял, или страховитият танц на шамана. Оцеляването било достатъчно доказателство за ефикасност.

Именно в тези ранни дни на медицината срещаме за пръв път идеята, че здравето е проявление на „равновесие“. Това равновесие е или вътре в индивида, или между индивида и целокупната природа или дори вселената. Болестта следователно може да бъде избегната само ако се води живот на духовна хармония в съгласие с природата и сезоните. Днес идеята за „равновесието“ се завръща с пълна сила в съвременната алтернативна медицина. „Акупунктурата лекува неравновесията в здравето ни“, кристалолечението е „начин да се възстанови равновесието на физическите, емоционалните и духовните енергии“, свещите за уши „внасят равновесие в главата на физическо и духовно ниво“ и „равновесието настъпва, когато сме в хармония със знаците и сигналите на природата“, според рекламата на един уред за светотерапия, проектиран да лекува сезонно афективно разстройство, или САД.<sup>8</sup> Това е находчива и самоочевидна формула, с която е трудно да се спори. Хората имат потребност да откриват взаимозависимости в опита си и винаги са ги използвали, били те истински или въображаеми, като начин за осмисляне на света. Както казва един уебсайт, рекламиращ аюрведична медицина: „природата е двойствена: ден и нощ, раждане и смърт, покой, който идва след буря. Хармонията се постига в средната точка. Здравето е онова състояние, при което нашите умствени, физически и емоционални страни са в стабилна хармония. Лошото здраве е

неравновесие, но съществуват прости и естествени начини за възстановяване на равновесието.“<sup>9</sup>

Има само една малка крачка от тези опростенчески представи за равновесието към по-сложната и формална идея за четирите хумора, чието първо известно описание е направено от древните гърци през V в. пр. н. е. Цялата ранна медицина, от китайската, египетската и персийската до индийската, се основава на този модел или на нещо много подобно. Хуморализмът представлява начин на мислене за тялото, здравето и болестта, който щял да господства в медицината през следващите две хиляди години. Това е подход, който е оцелял в някои източни страни и който все още оказва влияние върху мисленето, лежащо в основата на голяма част от алтернативната медицина. Четирите хумора били описвани като четири отделни телесни течности – жълта жлъчка, черна жлъчка, флегма и кръв, – идейно свързани с четирите елемента: огън, земя, вода и въздух. Те намирали отражение в сезоните – лято, есен, зима и пролет, – както и в органите на тялото – съответно черен дроб, мозък и бели дробове, жлъчен мехур и далак. Вярвало се, че всички болести се причиняват от неравновесие на хуморите, наречено дискразия. Така например маларията била приписвана не на комарите, а на дискразия в съчетание с лятна задуха.

Хипократ, който живял в Гърция през IV в. пр. н. е., бил първият човек, приложил тези идеи към медицината. Но той също така вярвал, че вселената и всичко в нея се подчинява не на свръхестествени сили, а на физически закони. И съответно смятал, че медицината трябва да бъде обосновано приложение на тези физически закони въз основа на всеотдайно и обстойно наблюдение на пациентите и техните симптоми. Хипократ е родоначалник на някои морални идеи за лекаря, намерили израз в поредица от клетви, в това число „да помага на болните и никога преднамерено да не се вреди или наранява“ (предадено на латински като *primum non nocere*, или „първо, не причинявай вреда“), да спазва поверителност в отношенията си с пациента и да споделя знанията и вещината си с колегите. Тези принципи са основата на съвременната медицинска етика и практика.



*Схема на четирите хумора*

Концепцията за четирите хумора ще да е звучала смислено за древните народи, защото на тях са им били известни само част от фактите. В течение на историята нашето разбиране за природата се е развивало успоредно с разширяването на знанията ни. Ние можем да изхвърлим онова, което се е оказало погрешно, само в светлината на по-доброто знание. Светът се оказал кръгъл. И така постепенно, чрез наблюдения и експерименти, сме стигнали до разбирането, че комарите разнасят малария. Сега вече е известно, че само женският комар пренася болестта и понастоящем има планове да се залеят рисковите райони с милиони генно модифицирани стерилни мъжки комари, за да се намали общата популация насекоми.<sup>10</sup> Няма ли да е глупаво в съвременния свят да се придържаме към древната мъдрост, според която маларията се причинява от задушно време плюс дискразия?

Клавдий Гален, грък, роден в Турция през 130 г., разкрил по-нататък хуморализма. След като изучавал медицина дванадесет години, той станал лекар в една гладиаторска школа. Това му осигурило експресен курс по анатомия и по-късно той наричал раните „прозорци към тялото“. Гален станал придворен лекар на римския император Марк Аврелий и имал

възможност да продължи анатомичните си проучвания чрез експерименти върху животни, правейки дисекция на живи прасета пред публика. Срязването на нервите на прасетата сноп по сноп му позволило да покаже как нервната система контролира функцията: когато срязвал ларингеалния нерв, днес известен като нерв на Гален, прасето спирало да квичи. В онези времена определено са знаели как се прави шоу.

Гален имал възможност да демонстрира функцията на много органи чрез дисекция както на прасета, така и на любимия си обект – берберския макак. Експериментите му го убедили, че умът се намира в мозъка, а не в сърцето, както твърдели философите. Но нищо от информацията, която събрал чрез дисекции, не променило вярата му в хуморализма. Той развил по-нататък идеята за четирите хумора, за да ги превърне в определящи елементи и на телесния тип, и на темперамента: холеричен, меланхоличен, флегматичен и сангвиничен. Доказал, че вените и артериите не са пълни с въздух, каквото било общото убеждение. Въпреки това обаче смятал, че венозната и артериалната система са отделни и не осъзнал, че кръвта се движи в кръг. Мислел, че кръвта се създава от храната и се изразходва от тялото. Излишната кръв се застоявала в дланите и стъпалата.

Гален все още вярвал, че всички болести се причиняват от дискразия, обикновено предизвикана от излишък на един от хуморите. Следователно били необходими кръвопускане, еметичи и очистителни, за да се изхвърли всякакъв вреден остатък. Той разработил сложна система, определяща колко кръв трябва да се отстрани и откъде, в зависимост от разстройството, природата на пациента, времето и други променливи. Векове наред кръвта сама по себе си била надарявана със значителна лечебна сила. Историкът Рой Портър в своята увлекателна история на медицината „Най-голямата придобивка за човечеството“ цитира разказа на римския автор Плиний, че „за епилептиците е обичайно да пият кръв дори от гладиатори... тези хора, явно смятат за най-действен лек за своята болест да гълтат топлата, дишаща кръв направо от човека, като допират уста до раната, за да изсмучат самия му живот“.<sup>11</sup>

Двадесет и двата тома медицински текстове на Гален, в това число седемнадесетте тома „За полезността на частите

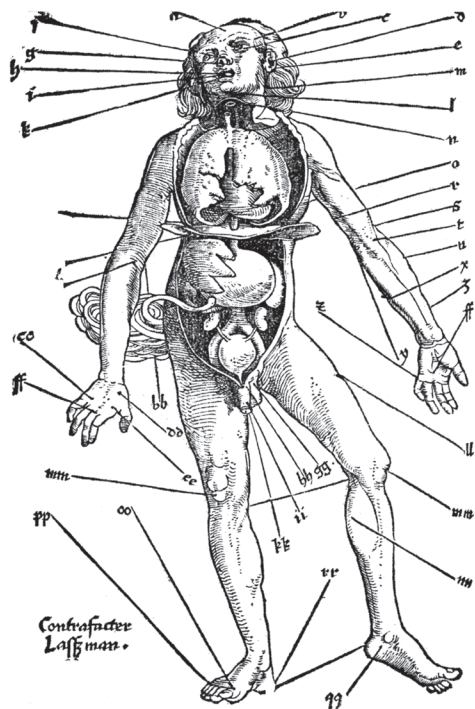


на тялото“, станали главен медицински справочник за голяма част от света. Те били преведени на персийски и арабски и много от понятията им формирали основата на аюрведичната медицина, широко разпространена в Индия и все по-популярна днес в Европа и САЩ. След Гален всеобщото мнение било, че онова, което той не е знаел за тялото, не си струва да се знае. Нови изследвания на анатомията или физиологията нямало чак до XVI в., когато роденият в Брюксел Андреас Везалий осъзнал, правейки дисекции на човешки трупове, че човешката анатомия се различава от онази на прасетата и маймуните.

По онова време кръвопускането вече се било превърнало в стандартна процедура и щяло да остане крайъгълен камък на медицината столетия наред. Кръвта била изпускана чрез разрези, скарификация или поставяне на пиявици и била спирана чак след като пациентът припаднал. Смята се, че американският президент Джордж Вашингтон е починал от инфекция на гърлото и шок през 1799 г., след като му били източени 4,2 л кръв в рамките на двадесет и четири часа. Разслабителни от всевъзможен вид били смятани за благотворни, широко разпространена била употребата на силни очистителни като каломел (живачен хлорид) и винен камък.

Подобни практики били популярни на Запад чак до края на XIX в., когато най-после станало очевидно, че те нямат терапевтична стойност и са направо опасни. Кръвопускането обаче се запазило в Индия, където Си Ен Ен съобщава: „всеки ден около стотина пациенти посещават клиниката на открито на Гхяс, разположена край най-голямата джамия в Делхи. За да улесни изтичането на кръвта, Гхяс първо кара пациентите да стоят на слънце половин час. После пациентът, все още прав, е овързван от кръста надолу с въже, а самите разрези се правят с бръснач. Колкото по-тъмен е цветът на кръвта, толкова повече трябва да кърви пациентът.“<sup>12</sup> Тази практика се завръща и на Запад. Някои алтернативни лечители, практикуващи традиционна китайска медицина, сега я предлагат под формата на кръвопускане от акупунктурни точки, осъществявано чрез пробождане на акупунктурните точки с игли. Разнообразните рекламирани цели включват „активиране на кръвта, прочист-

ване на каналите (меридианите) и намаляване на разгорещаването<sup>13</sup>.



Точки за кръвопускане  
според немски медицински справочник от 1517 г.

Ако подобно изцеждане не ви се нрави, винаги остават вендузите. Когато филмовата актриса Гуинет Полтроу се появи на премиера в Ню Йорк, разкривайки гръб, покрит с големи кръгли синини, един репортаж на Би Би Си обясни как нагретите чашки се поставят върху кожата „като форма на акупунктура, която се фокусира върху движението на кръвта, енергията – наречена „ци“ – и телесните течности, като например лимфата, които циркулират около тъканите на тялото. Източната медицина твърди, че болката се дължи на застоя в тези системи. Смята се, че вендузите стимулират потока на

кръвта, лимфата и ци към засегнатата област. Те се използват и за облекчаване на болките в мускулите, особено на болката в гърба, резултат от схващане или нараняване, а също и за прочистване на запушването в гръдния кош, което може да се получи при настинка или грип“.<sup>14</sup>

Вярата в хуморализма, ако не и в кръвопускането, е запазена непроменена и в голяма част от съвременната „традиционна“ медицина, само с по някое донагласяване или допълнителен слой, който ѝ придава малко по-засукано звучене. Съответно днешната традиционна китайска медицина се основава на модел с пет елемента: огън (сърце/горчиво), земя (далак/сладко), метал (люто/бял дроб), вода (солено/бъбрек) и дърво (кисело/черен дроб). Здравето изисква равновесие на петте елемента. Също като играта „ножици, хартия, камък“ това си има своя собствена кръгова логика: „Водата контролира Огъня, докато Огънят контролира Метала. Ако Водата е слаба и не успее да контролира Огъня, въздействието на Огъня върху Метала става прекомерно и вследствие на това Металът бива отслабен... ако един елемент не успява да изпълнява своите контролиращи/възпиращи задължения, то неравновесието може да стане много по-силно и вредно“, както обяснява един съвременен наръчник.<sup>15</sup> Аюрведа също предлага пет елемента – етер, въздух, огън, вода и земя, – но само три хумора, или доши: вятър (вата), жлъчка (пита) и флегма (кафа). Те въздействат на седемте тъкани в тялото (дхату) и техните отпадъчни продукти (мала), както и на трите независими всеобщи елемента, известни като Трите Гуни.

Подобен път е следвала и европейската медицина през Средните векове и след тях, като е включвала в хуморалния подход разнообразни системи на лечение, най-вече билкови. Съгласно средновековната християнска доктрина Бог е създал лек за всяка болест, което е видно от Божия знак или „подпис“ върху лекарството. Така например петнистите листа на медуницата приличат на болни бели дробове и били лек за туберкулоза; череповидните семена на скутеларията лекували главоболие; венерините коси лекували плешивост, а змийският език лекувал змийско ухапване – все ранни примери за идеята, че „подобното лекува подобно“, която щяла да намери про-

явление в хомеопатията в началото на XIX в. Същата концепция се появява и в китайската медицина, където фалическата форма на рогът на носорога подсказала приложението му като афродизиак. Черният носорог днес е практически изчезнал в Далечния изток.



*Поставяне на вендузи, докато принц Чарлс наблюдава*

Ренесансът донесъл голям напредък в познанията по анатомия. Към началото на XV в. изследванията на човешкото тяло *post mortem* вече не били смятани за непочтителност към Бога, а църквата започнала да отслабва запрещението си върху медицинските проучвания и експерименти. Леонардо да Винчи имал огромен принос за обучението на лекарите с неговите подробни анатомични рисунки – знание, което спомогнало за усъвършенстването на хирургичните методи, като например защищването на кръвоносните съдове след ампутация вместо обгарянето им с мъчителна болезнена смес от горещо масло, вода и метал.

През XVI в. църквата вече била главната институция, осигуряваща здравни грижи чрез своите болници към манастирите. Народните лечители с техните билкови лекове и ритуали били отхвърлени. Липсвало обаче разбиране за заразните

болести, а хуморалният модел преобладавал, докато роденият в Швейцария Парацелз не изказал предположението, че болестите може да се причиняват от фактори извън тялото. Известен като баща на токсикологията, Парацелз пуснал в обръщение идеята, че „дозата прави отровата“, т.е. токсичните вещества могат да са безвредни или дори благотворни в малки дози; и обратно, едно безвредно вещество може да е смъртоносно, ако от него бъде поето прекалено много.

## **ЗАРАЗАТА И РАЗВИТИЕТО НА НАУЧНАТА МЕДИЦИНА**

Макар че хуморализмът започвал да губи почва, някои доста странни идеи за естеството на болестите упорито се запазвали. Най-широко възприетата теория за заразата била концепцията за миазмите. Изложена за пръв път от Абарис Хиперборееца в древна Гърция, тази идея гласи, че във въздуха, който дишаме, се издигат газове от подземното гниене и причиняват болести, най-вече холера. Теорията за миазмите била в основата на новото обществено здравно движение, което набрало сила през първата половина на XIX в., подкрепяно от поддръжници като Флорънс Найтингейл и сър Джон Саймън, първия санитарен съветник на Лондон. И въпреки че миазмената теория била погрешна, тя довела до подобрения в хигиенизацията, които значително допринесли за ограничаването на риска от зарази – интересен пример за правилен резултат, получен от грешно решение.

По същото време възникнала и новата микробна теория. Това била идеята, че заразата в човека се причинява от външен жив организъм, или *contagium vivum*. През 50-те години на XIX в. двама лекари – Джон Сноу, работещ в Лондон, и Уилям Бъд в Бристъл – открили убедителни доказателства в подкрепа на микробната теория като обяснение на епидемиите от холера и коремен тиф. Чак през 60-те години на същия век френският химик Луи Пастър успял най-после да докаже съществуването на патогенни (причиняващи болести)

организми, последван през 80-те години от германския лекар Роберт Кох, който най-накрая идентифицирал *vibrio cholerae*<sup>a</sup> като причинител на холерата.

Подобни открития били възлови за развитието на съвременната научна медицина. Втората половина на XIX в. станала свидетел на огромен напредък, като Германия е световния център на медицинските изследвания, обучение и създаване на лекарства. През XX в. съвременната научна медицина съответно бележела все повече успехи. Сложни диагностични техники и хирургически методи революционизирали здравеопазването, а Великобритания в частност отбелязала огромен напредък в равния достъп до него, когато през 1948 г. била създадена Националната здравна служба с обещанието да осигури за всички безплатни медицински грижи, заплащани от данъците.

През 70-те години на XX в. научният подход към медицината получил нов тласък с развитието на идеята за доказателствена медицина – „добросъвестно, открито и обмислено използване на най-добрите налични данни“ при вземането на решения относно грижата за индивидуалните пациенти.<sup>16</sup> Доказателствената медицина донесла дълбок обрат в клиничната практика, от която днес се очаква да се основава на продължителен процес на изследвания и проверки, които да показват, че дадено лечение има доказуем ефект и полза. За изпълнението на това изискване във Великобритания съдейства и Националният институт за здравни и клинични стандарти (НИКС).

Бихте могли да кажете, че странен напредък е онзи, дето води дотам, където се намираме днес, с проблеми като затлъстяването и пушаческите болести, които сме си докарали сами и които стават най-големите убийци в развития свят. Критиките срещу съвременното здравеопазване, в това число и срещу ролята на жадната за печалби фармацевтична промишленост, са многобройни и разнородни. Може би сме очаквали прекалено много от науката и учените. Не всяко

---

<sup>a</sup> Холерен вибрион – вид бактерия. – Б.пр.

лечение е ефикасно, а медицината може и да убива, освен да лекува. Поддръжниците на КАМ нападат свръхупотребата на лечебни процедури, включително хирургически, които, както казват те, са довели до неприемливо високи нива ятрогенни (причинени от медицината) заболявания и смъртни случаи. Прихванатите в болниците зарази, резистентни на антибиотично лечение, всяка година убиват хиляди уязвими пациенти във Великобритания.

При все това си остава фактът, че в развития свят ние водим по-дълъг и по-здрав живот от когато и да било преди. Седемдесетте са новите петдесет, а повечето от нас могат да се надяват да водят живот до голяма степен необременяван от сериозни заболявания, който да завърши след сравнително кратък период на немощ в старостта. Да, днес по-голяма част от нас умират от рак и сърдечно-съдови заболявания, но преди сто години е имало цял куп други болести – най-вече заразни, – които обикновено са ни покосявали много по-рано през живота.

Когато защитниците на КАМ настояват за алтернативна диагностика, лекарства и терапии, те неизменно критикуват конвенционалната медицина, но е исторически нелепо да се пренебрегват или омаловажават нейните постижения и положителното ѝ въздействие върху човешкия живот. Заразите, които на времето са били най-големият убиец, сега намират противодействие чрез ваксини и антибиотици. Малцина на Запад са виждали човек да умира от заразна болест. Макар че сега ние живеем достатъчно дълго, за да се разболеем от болести като рак, оцеляемостта при много видове рак се подобрява от година на година. Пагубните нови заболявания като ХИВ/СПИН могат в много случаи да бъдат ограничени чрез лекарства. Жените имат много по-голям контрол върху своята плодовитост, а рисковете при раждане и в ранна детска възраст са пренебрежимо малки в сравнение с онези в миналото.

Това по необходимост кратко изложение на историята на медицината, на примитивните и неточни представи за анатомията, болестите и лечението, би трябвало да убеди всекиго, че човешкият живот е бил неимоверно подобрен от съвременната научна медицина. Такова несъмнено е било разпростра-



неното схващане от края на XIX в. нататък, когато повечето хора се отвърнали от шарлатаните и търговците на „змийско масло“.<sup>a</sup> Среждали се и натуропати като Бенедикт Луст (1872–1945), които така и не приели микробната теория, наричайки я „най-колосалната измама на съвременността“. Луст смятал, че болестите се причинявали от „денатурираните, девитализирани храни, лакомията, сладострастието, високите токчета, корсетите, опиатите, тютюна, алкохола, прекомерното обличане, прекомерната работа, грижите, страха, тревогата“. „Здравото тяло не позволява прекомерно размножаване на микробите“, според този защитник на лечебната сила на целогодишните слънчеви бани и ползите от „здравословното по-ресто бельо“.<sup>17</sup>

Макар че подобни идеи не намирали много ентузиаста, през 50-те години американската Агенция по храните и лекарствата (АХЛ) все още преценила за нужно да направи един филм с обществено-информативна цел, в който участвал актьорът Реймънд Маси, телевизионният „доктор Ленард Гилеспи“, който предупреждавал хората да не купуват шарлатански лекове, в това число един продълговат предмет, който уж излъчвал „зет-лъчи“ за лечение на артрит, както и музикални записи, за които се твърдяло, че лекуват всички видове рак.<sup>18</sup> Шарлатаните били повалени, но не й победени.

## **ПАДЕНИЕТО И ВЪЗХОДЪТ НА АЛТЕРНАТИВНАТА ИМПЕРИЯ**

Към средата на XX в. периферната медицина във Великобритания била на изчезване. Няколко магазина за „здравословни храни“ продавали добавки и някои билкови лекове. Почти не били останали алтернативни терапевти, освен някой и друг остеопат, обслужващ малцинството, готово да плаща за ле-

---

<sup>a</sup> „Змийско масло“ на англ. е обобщено название на всякакви съмнителни и чудодейни лекове. – Б.пр.



чение извън безплатната Национална здравна служба. Само лечителите чрез вяра оставали популярни, а те обикновено предлагали услугите си безплатно посредством спиритуалистките църкви.

В „Природата лекува“ Джеймс Уортън проследява този упадък и падение, разказвайки за разпространението на хомеопатията в САЩ.<sup>19</sup> В началото на ХХ в. в САЩ работели десет хиляди хомеопати, имало 79 хомеопатични болници и 22 хомеопатични медицински училища. Докладът на Флекснър от 1910 г., който установил по-високи научни стандарти за американското медицинско обучение, редом със спада в броя на желаещите довел дотам, че през 1923 г. били останали само два хомеопатични колежа.<sup>20</sup> До 50-те години и двата затворили врати. Уортън цитира президента на Хомеопатичното медицинско дружество на Кънетикът, който казва през 1948 г., че „резкият спад в популярността на хомеопатията е страшно за наблюдение явление“. Към началото на 70-те в САЩ имало по-малко от стотина практикуващи хомеопати.

В средата на ХХ в. обаче нещо започнало да се променя. Младежката култура на 60-те, с нейното оспорване на всеки авторитет, включително медицинския, била движещата сила. Със своя антивоенен контракултурен химн „Удсток“ Джони Мичъл издигнала призив за съединение с естествения свят, който според нейното поколение бил унищожаван от алчната и бездушна съвременност на родителите му. Хипитата дирели отвъд научния рационализъм и утвърдената религия един различен смисъл на живота. Тези идеи намерили израз в „хोलизма“, теорията, че материята и действителността са изградени от органични или единни цялости, надхвърлящи простия сбор от частите си. Това е коренът на постоянно повтаряното днес твърдение, че алтернативните терапевти гледат „човека като цяло“, а тесногръдите ортодоксални лекари се занимават само със симптомите и с отделни части на тялото, сякаш те съществуват в изолация. Започнало да расте и общественото съзнание за непочтените и корупционни практики във фармацевтичната промишленост, която все повече създавала впечатлението, че слага печалбата над пациентите. Нищо чудно,

че и това допринесло допълнително за всеобщото недоверие към ортодоксалната медицина.

Не по-малко важни били и новите идеи за профилактична медицина и укрепване на здравето. Станала явна ролята на т.нар. днес „начин на живот“ по отношение на здравето и смъртността, а министърът на здравеопазването на САЩ през 1979 г. изказал предположението, че половината от всички смъртни случаи се дължат на нездравословно поведение. От индивида зависело да поеме отговорността, като спре да пуши, прави упражнения и се храни правилно. Индивидуализмът щял да ни поведе напред – тук вече сме в сърцевината на онова, което кинематографистът Адам Къртис нарича „векът на аза“, позната ни е и практиката да се поставят лични цели в търсене на щастие и осъществяване.<sup>21</sup> Самопомощта била повелята на деня, а здравият и дълъг живот можел да се постигне като чисто и просто решим, че го искаме, и внесем необходимите „промени в начина на живот“.

След това дошло нещо по-трудно за количествено измерване – натрапчивото усещане, че не се чувстваме толкова здрави и щастливи, колкото се очаква, въпреки триумфите на съвременната медицинска наука. Живеели сме по-добре, но сме се чувствали по-зле, както се изразява американският професор по психиатрия Артър Дж. Барски в своята красноречива книга „Поболени от тревога“, издадена през 1988 г.: „Смущавани сме от дребни неразположения, преследвани сме от възможността да се разболеем и сме измъчвани от привидната необходимост от постоянни медицински грижи... страхуваме се не само за здравето си, но и за физическата си безопасност изобщо, тъй като болестта е само една от телесните заплахи, към които се чувстваме толкова уязвими.“<sup>22</sup> Липсата на заболяване вече не била достатъчна, за да ни накара да се чувстваме добре. Дълбоко в себе сме знаели, че не сме болни, но ни преследвало неприятното усещане за онова, което алтернативните терапевти започнали да наричат „не-разположение“.

Онова, за което сме жадували, било състоянието на „крайно благополучие“, известно и като „оптимално здраве“. „Здравето е цялостност – цялостност в най-дълбокия смисъл, при която нищо не е пропуснато и всичко е точно на мястото си, за

да се прояви тайнството на равновесието“, пише Андрю Уейл, фактически главният мениджър на алтернативната медицина в Америка днес.

„Далеч не просто липса на болест, здравето е динамичен и хармоничен баланс на всички елементи и сили, които изграждат и заобикалят човека.“<sup>23</sup> Езикът е много познат, сякаш нищо не е било научено за две хиляди години: порядък, тайнство, равновесие, елементи и сили.

### **ДРЕВНА МЕДИЦИНА, НОВИ ШИШЕНЦА – КАМ ДНЕС**

Днес тези идеи са навсякъде, а използването на алтернативната медицина нараства с изумително темпо. И така, кой е най-вероятно да я използва? Всички проучвания потвърждават, че на Запад това са жени от най-високата социално-икономическа група, на възраст между 35 и 55 години. Майките на средна възраст от заможната и образована горна част на средната класа, върхът на дървото от гледна точка на социално-икономическата класификация, са най-запалените потребители на КАМ, като цели 47% от тях казват, че са я ползвали поне веднъж. Доклад на Световната здравна организация разкрива един и същи модел във всички развити страни, като образованите и/или заможни жени на средна възраст от средната класа винаги съставляват най-голямата потребителска група. Около половината население на европейски страни като Франция, Белгия, Германия и Дания е използвало КАМ, а в Австралия, Америка и Канада я ползва до 70% от населението, така че ако вие не го правите, значи сте рядък случай. Докладът на СЗО установил, че световният пазар на КАМ възлиза на над 60 милиарда долара. В Америка разходите за КАМ лекарства понастоящем са 2,7 милиарда долара годишно. Във Великобритания, Канада и Австралия пазарът на тези лекарства възлиза съответно на 2,3 милиарда долара, 2,4 милиарда долара и 80 милиона долара.<sup>24</sup>

КАМ често се прилага успоредно с научната медицина. Средно около 35% от раковоболните използват алтернативни

терапии и невинаги казват това на ортодоксалните си лекари, според едно проучване в 14 европейски страни.<sup>25</sup> Според едно американско изследване, в САЩ това важи за 70% от болните от рак. Същото изследване установило, че билковите лекарства и цярове са най-често използваните, заедно с хомеопатията, добавките с витамини и минерали, лечебните чайове, духовните терапии и техниките за отпускане.<sup>26</sup> Както ще видим по-нататък, алтернативните лекове може да са сериозен проблем, когато се намесват в ортодоксалното лечение. В Северна Америка и Европа над половината от хората с ХИВ/СПИН също са активни потребители на КАМ.

Макар че към алтернативната медицина се обръщат много от хората с тежки или хронични заболявания от типа на артрит, кожни проблеми или дихателни затруднения, най-запалените ѝ потребители виждат в нея отговор на широк кръг много по-неопределени смущения. Обикновено те включват алергии, тревожност, болки в гърба, умора, депресия, храносмилателни проблеми, чувствителност към някои храни, главоболия, безсъние, кожни смущения, стрес и наднормено тегло. Конвенционалната медицина рядко задоволява потребностите на тези пациенти – наричани „призляващи“ от някои лични лекари, – които ценят времето и вниманието, които могат да си купят от един КАМ терапевт.

Най-впечатляващото: половината от потребителите на КАМ казват, че я използват, когато не са истински болни. За разлика от конвенционалната медицина, КАМ е нещо, което можете да прилагате независимо от здравословното си състояние.<sup>27</sup> Дори и да нямате никакви проблеми с гърба например, можете да се запишете за „гръбначен преглед“ и курс по „регулиране на поддръжката“ при хиропрактик или на ежемесечни акупунктурни сеанси, за да „предотвратите бъдещи проблеми, като поддържате енергията си в равновесие“.<sup>28</sup> Алтернативната медицина е място, където можете да дадете израз както на „лоболяването си от тревога“, така и на претенциите си за лечение и внимание. Можете да сте сигурни, че един хомеопат никога няма да ви каже, че това е просто вирус и да ви препоръча да се приберете у дома и да вземете някакво болкоуспокояващо.