

Хочешь быть здоровым – верь! **Психологические факторы исцеления больных**

Чем больше появляется лекарств, тем более мы должны бы чувствовать себя защищенными от недугов, однако происходит обратное. Аптек становится все больше, но мы догадываемся, что нам необходимо что-то принципиально иное...

Древние врачи говорили: «Для выздоровления нужны три вещи: хороший врач, хорошие лекарства и хороший больной». «Хороший больной» – это про нас. Это то, что зависит от нашего усердия и веры в результат.

Плацебо для животных и людей

Многие врачи в своей деятельности огромное значение придают готовности пациента принимать предложенный ему метод лечения, то есть соглашаться с ним и доверять ему. Результат такого подхода, как утверждают многие исследования во всем мире, – скорейшее выздоровление. Связанно это прежде всего с самонастройкой нашей нервной системы и активизацией внутренней «аптеки», которая заложена в нас от Бога.

Причем механизмы выздоровления, основанные на уверенности пациента, запускаются и у братьев наших меньших. Самый показательный опыт провели в 1975 году Роберт Адер и Никола Коэн из Рочестерского университета (США). На первой стадии они давали животным сахарный сироп с выраженным сладким вкусом, в который был добавлен циклофосфамид – вещество, подавляющее иммунный ответ. Через некоторое время исследователи убрали из сиропа активное вещество, однако организм животных по-прежнему реагировал на него, снижая работу иммунной системы.

Одно из первых научных изучений эффекта плацебо, именно так называют медики выздоровление верой, развернулось во время Второй мировой войны. Когда во фронтовом госпитале не хватало обезболивающих средств, анестезиолог Генри Бичер убедился, что в отдельных случаях инъекция физиологического раствора имеет практически то же действие, что и настоящее лекарство.

Верят оба

Особенно интересно наблюдать за результатами выздоровления, когда в положительный исход дела верят и врач, и пациент, хотя применяется плацебо, то есть препарат нейтральный, и об этом не знают обе стороны.

Более высокие результаты достигаются в том случае, когда и врач, и пациент думают, что новый метод должен оказать сильное лечебное воздействие. Врач при этом сам настраивается на положительный итог дела и своей верой как бы стимулирует и заряжает больного. И наоборот, в тех экспериментах, когда больным давали весьма сильные препараты, но сообщали, что это плацебо, достигался крайне низкий лечебный эффект.

Интересен клинический случай, зафиксированный в 50-е годы XX века. Он был описан в книге «Семь экспериментов, которые изменят мир» Руперта Шелдрейка, британского биохимика и физиолога растений: «У одного мужчины при обследовании обнаружилась злокачественная опухоль, причем в этом случае даже лучевая терапия оказалась бессильной. Ему сделали укол, введя новый экспериментальный лекарственный препарат "Кребиозен", который в то время некоторые врачи считали "чудодейственным

средством". Результаты вызвали настоящий шок у врачей, которые лечили пациента. По их словам, злокачественные опухоли "плавилась, как снежки на горячей плите". Позднее этот человек случайно прочитал статью, где утверждалось, что препарат в действительности не мог оказать положительного воздействия. После этого у него вновь стали появляться злокачественные новообразования. Видя это, пациенту сказали, что физиологический раствор, который ему вводили, был "новой, улучшенной формой" препарата "Кребиозен". Все злокачественные новообразования вновь стали быстро исчезать. Но потом пациент прочел в газетах официальное заявление, что "Кребиозен" оказался совершенно бесполезным препаратом. Тогда он окончательно потерял веру в это лекарство и скончался через считанные дни».

Двигай молекулы!

Энтузиасты сообщают об эффективности плацебо в 70–90 % случаев, а скептики говорят только о 30–40 %. Даже если предположить, что истина посередине, то можно заключить, что это важнейшее условие нашего выздоровления!

Как говорит один из главных специалистов по изучению выздоровлений, основанных на вере пациента, Тед Капчук, профессор Гарвардской медицинской школы (США), даже сам факт проведения медицинских процедур «двигает в мозгу пациента множество молекул, причем это ровно те же молекулы, которые активируются лекарствами». При помощи МРТ исследователи выяснили, что в мозгу таких пациентов активируется множество зон, немалая часть которых отвечает за сознательную деятельность; другими словами, в результате самовнушения в организме запускаются те же процессы, что происходят при приеме настоящих лекарств, они изменяют работу нервной, гормональной и даже иммунной систем.

Помощь свыше

И конечно, мы не можем не сказать о наивысшем акте веры – молитве за исцеление. «Молитвы идут на пользу человеческому организму» – утверждают ученые. Интересные исследования проводились совместно с отделением кардиологии одного из госпиталей: ученые пригласили нескольких монахов, сестер и священников помолиться за 700 пациентов, страдающих различными сердечными заболеваниями. После окончания эксперимента и обработки полученных результатов профессор-кардиолог Митчелл Крушофф сообщил потрясающие результаты: благодаря молитвам темпы выздоровления многих пациентов ускорились почти в два раза – примерно на 93 %. Профессор затрудняется дать точный ответ на вопрос, отчего это происходит, но предполагает, что человек, произносящий молитву, полностью сосредоточен на общении с Богом и на исцелении, и это, вероятно, приводит к нормализации многих процессов в организме.

Нам очень важно понимать, как работает не только наша физиология, но и психология, подсознание. Ведь именно состояние нашей души является важнейшим фактором исцеления. Позитивный настрой, вера в возможность выздоровления, оптимистичный взгляд в будущее – все это приносит не только психологические, но и вполне ощутимые физиологические результаты!

Олег МАГОМАДОВ