

## **Травник с медицинским образованием – случайность или тенденция?**

Принято считать, что доказательная (официальная) медицина противостоит архаичной, однако наш собеседник – Андрей Тетеревятников – так не считает и, мало того, сочетает в своей практике оба подхода. Андрей по образованию медик, работал врачом в государственной больнице, сейчас занимается разработкой лекарств. Однако этим его опыт в медицине не ограничивается – Андрей травник, также интересуется и другими методами архаичной медицины. О том, как ему удастся сочетать доказательную и архаичную медицины, мы и поговорим в нашей беседе.

**Расскажите, как получилось, что Вы стали интересоваться архаичной медициной? Почему Вы, в отличие от многих своих коллег, ее признаете?**

Я стал интересоваться этим еще до поступления в медицинский институт – где-то лет в 14-15. Дело в том, что в моей семье было много старших родственников, которые использовали ее в быту. Я не могу сказать, что они были целителями (это все-таки более серьезная вещь), но из уклада жизни традиционной крестьянской семьи они принесли некоторые элементы траволечения. Они сами собирали травы, делали из них всякие настойки или сушили и всем этим лечили себя и близких. То есть я с детства видел, как это работает.

**То есть все ограничивалось только использованием лекарственных растений?**

Нет, почему же, меня в 7 лет отвели к одной бабушке, которая заговором вылечила паховую грыжу (грыжа была на самом деле, диагноз был поставлен врачом в поликлинике). В то время (это лет 20 назад) в Загорске и вокруг него было очень много людей, практикующих такие вещи. Толи дело в Троице-Сергиевой Лавре – христианские святые обычно строили на более древних местах силы, плюс это «намоленное» место. Толи дело в геологии – там как раз проходит Загорская гряда, то есть разлом земной коры, где кончается платформа, на которой стоит Москва, и начинается совсем другая местность.

**А что вообще относится к методам архаичной медицины, и какие из них Вы практикуете и как?**

Траволечение, психо-соматические методы (от «психо» – душа, «сомос» – тело, - заговор например), вообще здоровый образ жизни. =) Есть также целые отдельные школы архаичной медицины – аюрведа, например. Есть еще методы современной медицины, вышедшие из архаичной, но не совсем архаичные и не входящие в официальную, например, гомеопатия, рейки и пр. Практикую я все настолько, насколько это знаю. О травах я знаю достаточно, чтобы применять их не только для себя, но и для своих родных и близких. А вот давать советы по аюрведе, с которой мало знаком, или по рейки, в котором у меня не было инициации, я точно никому не буду, так как главный принцип медицины, как известно, - «не навреди».

**Как Вы соединяете архаичную и доказательную медицину в своей практике?**

В общем и целом, есть два основных направления в медицине – лечение и профилактика. Соответственно, в лечении методы архаичной медицины должны дополнять доказательную, но не заменять ее. А вот профилактика сейчас – это большей частью область архаичной медицины. Так как современную систему здравоохранения «здоровье здорового человека» не интересует. Пока человек не заболел, его нет для врача. А надо – и сейчас уже начали об этом говорить – прежде всего, заниматься здоровыми людьми, чтобы они таковыми и оставались.

**Почему методы архаичной медицины могут только дополнять доказательную?**

Понимаете, дело в том, что как большинство академических врачей скептически относятся к «народной» медицине, так и большинство адептов «народной» медицины полностью отрицают

доказательную медицину. А это также неверно. Эти два подхода суть одно целое, просто их пути в 20 веке в силу различных обстоятельств разошлись. Но я верю в то, что в скором времени произойдет их синтез, если не случится никаких глобальных катастроф, и в больницах будущего будет применяться весь спектр средств от хирургического вмешательства до словесного воздействия.

Доказательная медицина работает с общими для всех организмов вещами, а архаичная – с индивидуальными проявлениями, поэтому с помощью доказательной медицины можно создать средство, которое будет эффективно работать для всех, а с помощью архаичной – подобрать более тонкое средство в дополнение к общему, но отменять общее при этом нельзя. Нельзя прописать уринотерапию с экрана телевизора, нельзя отменять инсулин больным сахарным диабетом 1 степени, заменив его физическими упражнениями (как это делают «псевдоцелители»)!

### **Примеры дополнения доказательной медицины архаической**

При бронхите обычно назначают три вещи: антибиотик, отхаркивающее средство и витаминный комплекс. Причем, последним часто пренебрегают, считая его необязательным – сейчас популярны минимальные назначения. Так вот, если к назначенному врачом добавить девясил или родиолу розовую, то процесс выздоровления пойдет гораздо быстрее.

Или, например, перелом – его лечат фиксацией и временем, которое необходимо на заживление кости. Кость быстрее срастется, если есть много пищи, содержащей каллоген. На Кавказе, например, справедливо считают, что при переломе человек раз в день должен есть хаш – там много каллогена. Или есть такое вещество мумиё, до сих пор неизвестно какого происхождения, и, к сожалению, часто подделываемое. Но если при переломе раз в два дня добавлять в пищу  $\frac{1}{4}$  спичечной головки настоящего мумия, то процесс срастания будет быстрее на  $\frac{1}{4}$ . Но это не значит, что нужно разбить гипс и прыгать на поврежденной ноге.

Если говорить о профилактике, самое простое – например, перга, прекрасно укрепляет иммунитет. При эпидемии гриппа – обычная «звездочка» очень эффективна. Или другой вариант – утром и вечером полоскать горло настойкой прополиса, что укрепляет местный иммунитет и удаляет лишнее из горла.

Жизнь в городе уже сама по себе является фактором риска. Однако условия среды мы практически не можем изменить, от них никуда не деться. По моим наблюдениям, как это и не банально звучит, достаточно хотя бы убрать факторы дополнительного риска – известная троица: табак, алкоголь и другие наркотики, и уже это будет ощутимым оздоравливающим эффектом!

### **Расскажите, как правильно собирать лекарственные травы?**

Прежде всего, есть одно простое правило: если Вы не очень хорошо разбираетесь в травах, то Вы имеете право использовать их только для себя. Травы как грибы – есть очень похожие внешне, но очень разные по действию. Например, дягель лекарственный можно перепутать с вехом ядовитым, который вызывает тяжелейшее отравление. Еще один совет не опытным травникам – собирайте простые известные Вам растения, у них тоже масса полезных свойств. Ромашка, календула, крапива, кора дуба и т.п. Вообще, считается, что наиболее эффективны для человека те растения, которые растут в той местности, где он родился и/или где жили его предки. Человек ведь тоже часть экосистемы и у него вырабатывается связь с местом, где он живет. Поэтому наиболее известные Вам растения, которые Вы с детства наблюдаете у себя в лесу или в огороде, лучше всего и будут Вас лечить. Еще у каждой травки есть свои сроки, когда она в наибольшей силе. Сроки эти зависят от солнечной и лунной активности, так что необходимы знания не только ботаники, но и астрономии (не путайте с астрологией!!).

### **А расскажите, Вы как-то готовитесь к сбору трав?**

Вначале у меня был пунктик по поводу подготовки к сбору, сейчас с опытом и с уменьшением количества свободного времени все стало проще. =) Вообще же, конечно, необходимо настроиться на место. Все это делают по-разному, как кому удобнее. Я и многие мои знакомые стараемся переночевать там, где планируем наутро собирать травы. Поспать в платке в лесу на свежем воздухе это само по себе очень полезно. Но это не догматическое правило. Вообще, если хорошо

настроиться на место, то оно само поймет, что тебе нужно, даже если ты этого еще не сформулировал для себя – у меня было так, что я находил в лесу то, что мне очень было нужно, но я даже не думал, что я это там найду, и не планировал искать, когда ехал.

### **А Вы как-то выражаете благодарность месту?**

Это личное дело каждого, но если вы хотите мое мнение, то я считаю, самая лучшая благодарность – помощь в том, что само не сделается. Самое простое – взяли с собой в лес пакет для мусора, собрали все пустые бутылки и прочую гадость, которая встретила по дороге, а затем утилизировали. Бумагу можно сжечь на месте, стекло можно тоже обжечь и закопать, а пластик лучше вывезти. В том месте, куда я езжу, с некоторых пор благодаря туристам стал осыпаться берег реки, так что она даже поменяла русло и сильно обмелела. Поэтому в этом году я позвал друзей, и мы своими силами и на свои деньги укрепили берег.

### **А куда Вы ездите?**

Вот Вы знаете, я не хочу пиарить это место, чтобы туда сбегалось еще больше людей, там и так хватает толп неадекватных туристов, так как место сильное – притягивает, да и достаточно известное в Подмосковье. Я считаю так, что если из читателей вашего журнала кому-то на самом деле нужно там побывать, его найдет эта информация, так как мы живем в ноосфере.

### **А что вы можете рассказать о психо-соматическом аспекте архаической медицины?**

Не очень много – это не моя специализация, но могу сказать, что человека надо воспринимать в комплексе. Как есть связь внутри организма – например, беспорядочная половая жизнь может стать причиной не только триппера и гонореи, но и проблем с почками, потому что это одна система – мочеполовая, - так и есть связь на более высоком уровне. Например, если человек постоянно копит обиды, не умея прощать, то это может привести к такому же «скоплению» гадости в организме – вплоть до онкологии в крайнем случае. А если человек неконструктивно критикует окружающих, это провоцирует болезни горла. Гинекологические заболевания часто связаны с проблемами в любовной сфере – начиная от стеснительности, когда девушка не дает чувству проявиться, кончая, наоборот, потребительским отношением к партнерам.

### **Что Вы можете пожелать нашим читателям в конце нашей беседы?**

Не надо вестись на всяких «псевдоцелителей», а их, к сожалению, сейчас большинство. Нет сейчас ни одного достойного центра по подготовке специалистов в области архаичной медицины! Поэтому самый лучший вариант – поискать хорошего терапевта, по моему опыту, именно эти врачи в наше время стараются дополнять доказательную медицину архаичными приемами и зачастую очень много знают об этом.