

ВАЛЕОЛОГО-ГИГИЕНИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ В ИСТОРИИ ДРЕВНИХ ТУРКМЕНСКИХ ЦЕЛИТЕЛЕЙ

Исанкулова Н.И., Пац Н.В. к.м.н, доцент

Учреждение образования «Гродненский государственный медицинский университет»,
г. Гродно, Беларусь

В истории традиционной медицины туркмен важное место занимают знания предков, которые носили гигиенически значимый характер.

Цель настоящего исследования было изучить валеолого-гигиенические аспекты в истории древних туркменских целителей.

Материалы и методы. Материалом для исследования послужил обзор литературных источников отечественных и зарубежных авторов, отражающих медицинские аспекты в древней истории Туркмении. Всего проанализировано 35 научных публикаций.

Результаты и обсуждение. В результате научного поиска выявлены данные, свидетельствующие о древнем происхождении гигиенической науки в Туркмении.

С далекой древности известны знания, пришедшие от огузов, которые отличаясь своей наблюдательностью, указывали на инфекционный характер некоторых заболеваний [1]. При этом они придавали большое значение изоляции больных от здоровых соплеменников, как важному звену профилактики. Что, возможно, смогло предотвратить на территории Туркменистана глобальные эпидемии, которые были отмечены в Персии, Индии и других странах Востока [1].

А с целью предупреждения зоонозов у людей, скотоводы-туркмены самостоятельно лечили скот от ящура, натирая языки животных солью, а копыта смазывая дегтем или нефтью [1,3].

Большое внимание древние туркменские жители уделяли первичной профилактике. Именно здоровый, разумный дух и «подсказывает», что многие болезни можно предотвратить, если своевременно заботиться о крепости своего тела. Это прекрасно знали предки туркмен и следовали этому мудрому правилу. Следить за своим здоровьем – считалось важной обязанностью каждого человека. «Жизнь — это гора: мы поднимаемся по ней медленно, а спускаемся быстро. Забота о здоровье - лучшее лекарство, чтобы замедлить спуск» [2,3] - мудрые слова Муллозухур Тохири, как творческое определение первичной профилактики.

В XIX веке имеются данные Венгерского учёного-путешественника Вамбери, который описал приемы закаливание организма, которое практиковали с юных лет

туркменские женщины, погружаясь утром в холодные ванны, а так же обливание холодной водой своих жен супругами. Так, используя импровизированную ширму из платка, который держала перед собой женщина, а ее супруг, обливал несколькими вёдрами холодной воды.

Уже в древности врачеватели применяли приемы диетотерапии некоторых заболеваний. При заболеваниях пищеварительных органов использовали вид кратковременного воздержания от приема пищи, питье отвара солодки. Для нормализации работы желудочно-кишечного тракта они использовали кисломолочные продукты. Зная о высокой лечебной силе кисломолочного продукта «кумыс» и его свойствах, укрепляющих здоровье, скотоводы-туркмены предпочитали молоко кобылиц перед молоком других животных[1].

Элементы дезинфекции применялись туркменскими табибами-хирургами. Они для санации свежих ран и их лечения накладывали на несколько дней состав из чистого сала бараньего курдюка, а затем - мазь, в состав которой входило то же топленое сало, пчелиный воск и медный купорос. Таким образом, они обладали знаниями о предупреждении попадания в рану болезнетворных бактерий с помощью природных веществ, обладающих бактериостатическим эффектом – таких как воск, смешанный с жиром, и медью, обладающей прижигающими и вяжущими свойствами [1].

Имеются факты, указывающие на то, что в состав некоторых современных лекарств входят вещества, которые использовали в древности туркменские врачи (табибы): соли, имбирь, тяжелые металлы, мед, олово, квасцы, разнообразные горные травы и цветы [1,4].

Выводы

1. Гигиенические знания о первичной профилактике у туркменов уходят в далекие древние времена, датируемые 10 веком.
2. Древние диеты с использованием кисломолочного продукта «кумыс», обеззараживание ран с применением оригинальных бактериостатических смесей внесли большую лепту в профилактику заболеваний.
3. Техники закаливания организма туркменской женщины, описанные в 19 веке, явились основой сохранения высокого уровня ее репродуктивного здоровья.

Литература

1. Чем и как лечились предки туркмен . [Электронный ресурс]. - Режим доступа:<https://orient.tm/chem-i-kak-lechilis-predki-turkmen/>.— Дата доступа:29.10.2020
2. Уникальные рецепты на все случаи жизни от Муллозухура Тохири. [Электронный ресурс]. - Режим доступа <http://www.polezen.ru/health/sovety.php>. — Дата доступа:29.10.2020

3. Туркменская народная медицина — Народная медицина. [Электронный ресурс]. - Режим доступа <https://www.pashega.ru/turkmenskaya-narodnaya-medicina/> . — Дата доступа: 22.12.2020.

4. Опыт современной и народной медицины Туркменистана. [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.zid.com.ua/rus_creativework/opyt-sovremennoj-y-narodnoj-medytsyny-turkmenystana. — Дата доступа: 22.12.2020.