**Здоровье. Эмоции. Красота.**

Великий физиолог И. П. Павлов доказал, что все органы связаны между собой, причем их деятельность регулируется корой больших полушарий головного мозга. В коре мозга непрерывно происходит взаимодействие двух основных процессов нервной деятельности - возбуждения и торможения.

Связь организма с внешней средой осуществляется при помощи нервной системы. Организм приспосабливается к условиям этой среды и отвечает на все поступающие раздражители соответствующими нейрогуморальными реакциями.

Здоровый организм адекватно отвечает на раздражители, поступающие как извне, так и изнутри. Такая способность называется "нормальной реактивностью". Когда в организме нарушены выравнивающие механизмы, создается почва для развития болезненного процесса. Стало быть, лечить надо не только болезнь, но и самого человека, у которого под влиянием тех или иных причин развился где-то патологический процесс. Комплексное лечение должно быть направлено как на патологический очаг, так и на нормализацию нарушенных болезненным процессом функций, на повышение защитных сил организма.

Нет такого заболевания, которое не было бы связано с нервной системой; она играет ведущую роль в жизнедеятельности организма, от ее состояния зависит многое. Вот примеры.

Два кролика получили одинаковое количество яда. Остался жив тот, который предварительно был усыплен, а кролик, который бодрствовал, погиб. Хотя, повторяем, концентрация яда была одинаковой.

Профессор Подъямпольский больному внушил, что ему сделают прижигание в лечебных целях раскаленным металлом. Достаточно было после этого прикоснуться к руке карандашом, чтобы вызвать ожог второй степени с волдырями.

Тереза Неуман из Коннерс Реуте (Германия), представляя себе муки Христа, вызывала у себя каждую пятницу кровоточащие раны на ладонях, подошвах и на лбу. На другой день раны у нее исчезали.

В рассказе М. Горького "Исповедь" описана сцена, когда у ворот монастыря "ждали чуда". Сюда к обители привезли на тележке больную с истерическим параличом. Такие параличи возникают вследствие извращенных нервных реакций. Как известно, без эмоционального фона никакого "чуда" не бывает. И вот под натиском бурных, сверхсильных положительных раздражителей, ободренная восторженными возгласами толпы, больная встала и... пошла! Церковники, разумеется, отнесли исцеление за счет вмешательства "небесных сил".

С древнейших времен болезни связывали со злым духом. Злой дух нужно было прогнать, или заговорить (уговорить его покинуть тело), или устрашить барабанным боем, криками, исступленными шаманскими плясками. Безгранично веря в силу шамана, больные под влиянием внушения действительно порою исцелялись.

Академик И. П. Павлов считал, что болезнь - это порочная связь центральной нервной системы (коры головного мозга) с пораженным органом. И если удается разорвать эту связь, больной пойдет на поправку.

Все знают, как быстро улучшается состояние больного от неожиданной радости, приятной встречи, как от крупного выигрыша (скажем, в лотерею) может мгновенно исчезнуть головная боль. Улучшение наступает потому, что переключение разрывает порочную связь, и мозг "забывает" о больном органе.

Однако не только положительные, но и отрицательные эмоции могут разрывать порочные связи - лишь бы эти эмоции были очень сильными. Представьте, что у вас болит нога, вы хромаете. Но вот на вас набросился грабитель. Что в это время происходит с ногой? Никаких болей! Вы побежите так быстро, что никто вас не догонит. Не случайна поговорка: "Страх окрыляет пятки".

Легендарный Муций Сцевола - герой древности во время пытки даже не дрогнул, держа руку на огне. Римлянка Аррия больше всего на свете любила своего мужа Пета Тразея. Пет был приговорен Нероном к смерти и очень боялся боли. Чтобы придать мужу, осужденному на самоубийство, решительность и развеять его страх, Аррия со словами "non dolot!" ("не больно!") первая пронзила себя кинжалом.

В основе подобной самоотверженности, одержимости лежит так называемая доминанта - очаг повышенного возбуждения центральной нервной системы, который подавляет любую другую деятельность.

Древние говорили, что врач имеет три лекарства - травы, минералы и слово. Да, действительно, словом можно очень помочь, но зато неосторожно брошенное слово может нанести непоправимый вред.

Представьте себе мнительного, пациента, который боится умереть от болезни сердца. Как же надо в этом случае быть осторожным! Достаточно врачу выслушать сердце больного и всего-навсего тяжело вздохнуть... Все! Больной обречен. После этого не помогут никакие лекарства. Может быть, врач вздохнул совсем по другому поводу, вспомнил личную неприятность, но тревожно настороженный больной многое принимает на свой счет.

**Словом можно ранить.**

На пути из Египта в Индию генерал Жюно шепнул Наполеону, что его жена Жозефина ему неверна. Эта весть вызвала у Бонапарта бешеную реакцию и даже конвульсии. Говорили, что поверженный духом полководец уже не смог должным образом организовать осаду крепости Сен-Жан д'Акр и продолжать поход в Индию.

И. И. Панаев вспоминает, как личный врач Пушкина доктор Спасский словом убил больного. "Доктор возвращался от умирающего Пушкина. Больной, к которому он приехал, едва приподнялся на постели, ему было плохо. Схватив руку доктора, он произнес: "Скажите мне, есть ли какая-нибудь надежда, доктор? Могу ли я выздороветь?" "Никакой, - ответил Спасский. - Да что ж такое? Все умрем, батюшка! Вот и Пушкин умирает. Слышите ли? Пушкин. Так-уж нам с вами можно умереть!" Больной со стоном опустил голову на подушку и умер в один день и почти в один час с Пушкиным. В этом случае доктор, потеряв самообладание, нарушил врачебную заповедь: non nосеrе! (не вреди!).

**Словом можно излечить.**

Всем известна высокая эффективность бальнеопроцедур. И все-таки давно установлено, что больные начинают лучше себя чувствовать еще до первой ванны, с того момента, как только сели в поезд и простились с провожающими. Сама вера в выздоровление - это уже половина дела.

Известно, некий Качалкин двадцать два года cпал не просыпаясь. Ничто не могло его разбудить. В три часа ночи, когда в городе стояла тишина, Павлов подошел на цыпочках к кровати больного и шепотом сказал: "Вставай" - и Качалкин встал! Это было в 1920 году, а уснул больной в девяносто восьмом. Качалкин не выдерживал сильных раздражителей, любой шум вызывал активность тормозных структур мозга - глубокий сон. Эту тайну разгадал Павлов, и его шепот (слабый раздражитель второй сигнальной системы) оказался лучшим средством.

Стоит вспомнить слова Ларрея, лейб-медика Наполеона: "Раны у победителей заживают быстрее". У кого лучше настроение, тот быстрее и поправляется. Ларрей принимавший участие во всех походах Наполеона, обратил внимание на то, что при одинаковых ранениях воины побеждающей армии Бонапарта поправлялись значительно скорее солдат противника. Человеческие возможности во многом зависят от эмоционального состояния.

Кстати, об этих возможностях, иногда поразительных. После Бородинского сражения тот же Ларрей, в течение суток не отходивший от операционного стола, сделал 150 операций. (Раны тогда перевязывались бумагой из смоленского архива: не хватало перевязочного материала, корпии). Много позже его превзошел в хирургической технике Пирогов, который после одного боя сделал не 150, а 600 операций за полтора дня. Титанический труд!

Пирогов был виртуозным хирургом: он мог удалить камни мочевого пузыря менее чем за три минуты. Во время такой же операции под ножом прославленного Нелятона в Лондоне на операционном столе погиб Наполеон III. Нелятон не справился и с лечением раны Гарибальди; пришлось в Италию поехать Пирогову.