

Dziękuję, Drogi Hipokratesie

Szanowny Czytelniku,

dziś pragnę Ci przedstawić starego przyjaciela, doktora Hipokratesa.

Hipokrates był Grekiem. Choć zmarł dawno temu, w 379 r. p.n.e., to jego duch ciągle jest obecny wśród nas. Stamtąd, gdzie się znajduje, doktor Hipokrates nadal towarzyszy nam w codzienności, wszystkim nam, którzy interesujemy się zdrowiem i medycyną naturalną.

Świadomie piszę „medycyną naturalną”, gdyż współczesna medycyna konwencjonalna w dużej mierze zerwała z nauczaniem Hipokratesa. To odrzucenie zaczęło się już w epoce renesansu, od lekarza-alkemika Paracelsusa, o którym w newsletterze *Pocztą Zdrowia* była już mowa, a który na publicznym placu spalił dzieła Hipokratesa oraz arabskich lekarzy, którzy się nim inspirowali.

To żałosne wydarzenie miało miejsce w Bazylei (w Szwajcarii) w noc świętojańską 23 czerwca 1527 r. Zapoczątkowało ono stopniowe, coraz powszechniejsze odrzucanie Hipokratesa i jego koncepcji organizmu ludzkiego. Uniwersytety medyczne ostatecznie zaprzestały nauczania jego metody pod koniec XIX w.

Hipokrates, rzemieślnik ludzkiego organizmu

Natomiast, jeśli chodzi o medycynę naturalną, można powiedzieć, że jest ona całkowicie przesiąknięta tradycją hipokratejską.

To niesłychane bogactwo.

Spójrz, jak wiele zawdzięczamy jej twórcy:

Hipokrates wyjaśniał, że leczyć trzeba osobę, a nie chorobę¹.

Starał się leczyć cały organizm, a nie tylko jego poszczególne części.

To jest to, co dziś nazywamy medycyną holistyczną. To taka, która uwzględnia wszystkie wymiary życia człowieka. Nazwa pochodzi z greckiego *holis*, co znaczy „wszystko”.

Opracowując swoje sposoby leczenia, Hipokrates wyjaśniał, że natura, *physis*, sama w sobie jest siłą leczącą. Główną rolą lekarza jest zatem pomóc naturze wykonać swoje zadanie, zamiast arbitralnie nią kierować.

Nic dodać, nic ująć. Jesteśmy dokładnie tego samego zdania w redakcji *Pocztą Zdrowia*!

Teoria humoralna

Dla Hipokratesa zdrowie to harmonijny stan równowagi różnych humorów (płynów), z których składa się organizm ludzki.

Te cztery humory to: krew, śluz, czarna żółć i żółć.

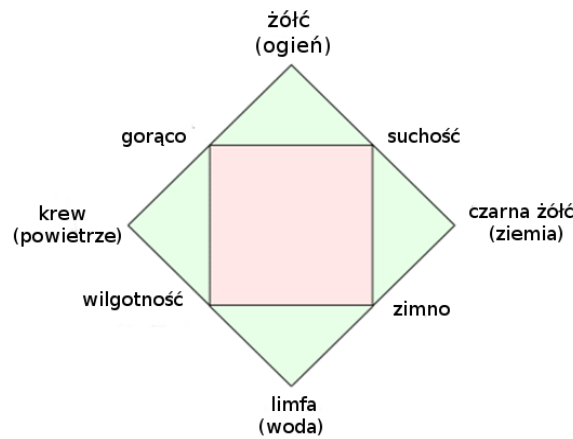
Odpowiadają one czterem żywiołom, które według filozofii Arystotelesa tworzą wszechświat: powietrzu, wodzie, ziemi i ogniu.

Krew odpowiada powietrzu, woda – śluzowi, ziemia – czarnej żółci, a ogień – żółci.

Każdy ma swój indywidualny „temperament”, określony zależnościami między tymi humorami. I tak ludzie dzielą się na sangwiników, choleryków, flegmatyków i melancholików (gr.: *melanos* oznacza czarny, a melancholicy mają zbyt wysoki poziom czarnej żółci).

Każdy żywioł jest szczególną kombinacją tych czterech podstawowych cech: zimna, gorąca, suchości i wilgotności.

Teorię humoralną i jej powiązania z żywiołami i cechami można przedstawić następująco:



Każdą chorobę wywołuje brak równowagi pomiędzy poszczególnymi humorami. Aby to skorygować, należy priorytetowo potraktować brakujące humory oraz pozbyć się humorów, których mamy w nadmiarze. Teoria ta posłuży później do uzasadnienia masowego sięgania przez lekarzy po środki wymiotne, przeczyszczające, a zwłaszcza po upuszczanie krwi, które powodowało katastrofy i niestety trwało długo, pomimo prześmiewczych (zasadnie!) sztuk Moliera na temat metod leczenia lekarzy z epoki. A mimo to, absolutną nieprawdą byłoby twierdzić, że za to wszystko winę ponosi Hipokrates.

Hipokrates jest niewinny!

Hipokrates nigdy nie zachęcał do śmiałych i ryzykownych zabiegów na pacjentach.

Wręcz przeciwnie, jego słynną i wielokrotnie powtarzaną dewizą było: *Primum non nocere*, czyli „po pierwsze nie szkodzić”.

Jego wkład w medycynę to między innymi nawoływanie lekarzy do rozpoznawania przypadków beznadziejnych i powstrzymywania się od jakiegokolwiek niepewnej interwencji.

Pierwszym sposobem leczenia zawsze miała być, jego zdaniem, dieta, który to termin według niego odnosił się nie tylko do sposobu odżywiania się, ale także do trybu życia ogółem.

„Niech twoje jedzenie będzie twoim najważniejszym lekarstwem”, mawiał.

.....

Zalecał odżywanie się w sposób zbilansowany i proporcjonalny, to jest spożywanie bez przesady pokarmów odpowiadających potrzebom i osobistemu temperamentowi.

Według niego, niektóre pokarmy należało spożywać na surowo, inne natomiast należało poddać obróbce termicznej, by ułatwić trawienie.

Pierwsze naukowe diagnozy

Jedną z mocnych stron medycyny hipokratejskiej było położenie akcentu na wywiad lekarski, czyli na rozmowę o wcześniejszej historii pacjenta, by zrozumieć genezę schorzenia.

Po tym następowało pogłębione badanie kliniczne umożliwiające sformułowanie rokowań. Polegało ono na osłuchiwaniu i palpacji. Ponadto wykorzystywano zmysły węchu i słuchu.

Hipokrates opracował technikę zwaną *succussion* polegającą na potrząsaniu chorym, aby następnie słuchać szmerów wywoływanych przez przemieszczające się w organizmie pacjenta płyny i na tej podstawie stawiać diagnozę.

W taki właśnie sposób Hipokrates stworzył pierwszą klasyfikację chorób. Wyróżnił choroby ostre, przewlekłe, endemiczne i epidemie, a to rozróżnienie, którego nadal się używa.

To on zaczął stosować medyczne pojęcia takie jak „nasilenie”, „nawrót”, „ustąpienie”, „paroksyzm”, „szczyt” i „rekonwalescencja”, które także nadal pozostają w użyciu.

Jego opis ropnego zapalenia opłucnej wciąż jeszcze pozostaje przedmiotem nauczania studentów pneumologii i chirurgii.

Jako pierwszy opisał objawy „pałeczkowatości palców”, objawu bardzo istotnego przy diagnozowaniu chorób serca, raka płuc i przewlekłej obturacyjnej choroby płuc. Zjawisko jest zresztą często nazywane na jego cześć „palcami Hipokratesa”. To on również określił cechy „oblicza Hipokratesa”, czyli zmian, które zachodzą w rysach twarzy z chwilą śmierci lub podczas długotrwałej choroby.

Wymyślił sposób leczenia hemoroidów poprzez podwiązywanie i przyżeganie rozpalonym żelazem, która ta technika bywa do dziś niekiedy stosowana.

Wysoki poziom moralny

Ale bardziej niż wszystko inne, wielkim osiągnięciem Hipokratesa było nadanie profesji lekarza, wówczas o niewielkim prestiżu, wysokiego poziomu moralnego.

Nauczał, że lekarz powinien być uczciwy, zaś jego postępowanie przykładne.

Niewiele osób o tym wie, ale w słynnej *Przysiędze Hipokratesa* lekarz powinien przysiąc, że „sam będzie stosował dietę, którą uważa za właściwą dla swoich pacjentów”.

A zatem nie ma mowy, by lekarz palący papierosy zalecał swoim pacjentom, aby przestali palić! Nie ma też mowy, by nadużywał alkoholu, zalecając jednocześnie swoim pacjentom wstrzemięźliwość!

Ale zdrowa moralność polecana przez Hipokratesa tu się nie kończy:

„Wszędzie, gdzie wejdę, będę tylko dla dobra pacjenta i powstrzymam się od jakiegokolwiek dobrowolnego czynienia zła lub korupcji; ponadto, powstrzymam się od uwodzenia kobiet i mężczyzn, czy to niewolników czy wolnych”.

Nie ma również zatem mowy o tym, by wykorzystywać prestiż zawodowy w podbojach miłosnych!

W swojej praktyce lekarskiej był przykładem rzadkiej uczciwości, posunąwszy się nawet do tego, że opisał sytuację, w której podjął się leczenia 42 pacjentów, z których 25 umarło.

Nieustannie zachęca do zachowania z uprzejmością, delikatnością („Gdzie jest miłość do ludzi, jest również miłość do sztuki”) i godnością, do tego stopnia, że tradycyjny wizerunek dobrego lekarza, ludzkiego, oddanego, ale także dobrze wychowanego i sympatycznego, budowany był przez wszystkie pokolenia lekarzy wyznających jego wartości, zgodnie ze złożoną *Przysięgą Hipokratesa*.

A zatem, choć niektóre jego teorie były dziwaczne, mamy wobec niego olbrzymi dług wdzięczności.

Dziękuję, Drogi Hipokratesie. Dziękuję, że byłeś i że dalej towarzyszysz nam w naszych badaniach.

Zdrowia życzę,

Jean-Marc Dupuis

Źródła:

1) *A short History of Medicine* Erwin H. Ackerknecht, The Johns Hopkins University Press, 1981.