

УДК 001.18.

**В. И. Игнатъева**

ГУ «Национальный институт фтизиатрии и пульмонологии им. Ф. Г. Яновского НАМН Украины», г. Киев

# Что знает наука о здоровье и религии

**Ключевые слова:** этика, здоровье, болезнь, религия, православное христианство.

Человека с «искрой Божьей» в глазах легко распознать среди множества людей. В таком человеке все прекрасно: душа, дух, мысли, внешний вид, поведение и поступки. В нем сохраняется целостность и единство внешнего и внутреннего мира. Он живет в гармонии с вибрациями Вселенной, Земли и социумом. Ведь высший долг каждого человека – не только сохранить, но и развивать все таланты с рождения, которые заложены в нем генетически.

Человеческий организм – это открытая саморегулирующаяся система, в которой при возникновении сбоев формируются психические и соматические заболевания. В медицине под понятием болезнь (лат. – *morbus*) понимают нарушения работоспособности, жизнедеятельности, продолжительности жизни данного организма, а также его способности адаптироваться к изменяющимся условиям внешней и внутренней среды в ответ на влияние ряда патогенных факторов (физических, механических, биологических, химических, психогенных). Каждый из этих факторов может провоцировать начало заболевания в том случае, если он непривычен для данного организма. Соматические заболевания, в свою очередь, могут приводить к психическим расстройствам.

Соматогенные психические заболевания – это группа психических расстройств, возникающих в результате соматических неинфекционных заболеваний. К ним относят нарушения психики при сердечно-сосудистых, желудочно-кишечных, почечных, эндокринных, обменных и других болезнях. Психические нарушения сосудистого генеза (при гипертонической болезни, артериальной гипотензии и атеросклерозе) традиционно выделяют в самостоятельную группу.

Во всей сложной коммуникации, которая обуславливает функционирование организма человека как открытой саморегулирующейся системы, следует отметить лимбическую систему [4, 5] и ретикулярную формацию [11, 12], которые выполняют

интегративную функцию. Схематически это изображено на рисунках 1, 2.

Ретикулярная формация ствола мозга рассматривается как один из важных интегративных аппаратов. К собственно интегративным функциям ретикулярной формации относятся: контроль над состояниями сна и бодрствования, мышечный контроль, обработка информационных сигналов окружающей и внутренней среды организма, которые поступают по разным каналам [11, 15].

Ретикулярная формация объединяет различные участки ствола мозга (ретикулярную формацию продолговатого мозга, варолиева моста и среднего мозга). В функциональном отношении в ретикулярной формации разных отделов мозга есть много общего, поэтому целесообразно рассматривать ее как единую структуру.

Ретикулярная формация представляет собой диффузное скопление клеток разного вида и величины, которые разделены многими волокнами. В ней выделяют около 40 ядер. Ее нейроны имеют широко



Рис. 1. Ретикулярная формация

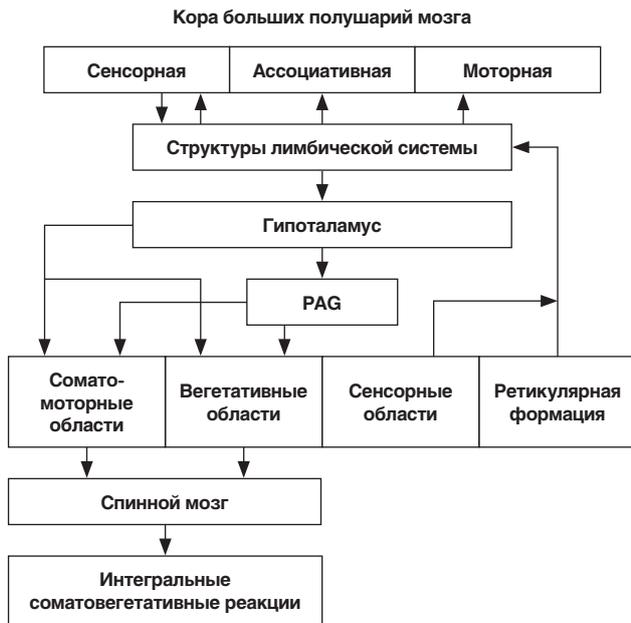


Рис. 2. Связи структур лимбической системы и ретикулярной формации

разветвленные дендриты и продолговатые аксоны, часть которых делится Т-образно (один отросток направлен вниз, образуя ретикуло-спинальный путь, а второй – в верхние отделы головного мозга).

В ретикулярной формации сходятся большое количество афферентных путей из других мозговых структур: коры большого мозга (коллатерали кортико-спинальных (пирамидных) путей), мозжечка и других структур, а также коллатеральные волокна, которые подходят через ствол мозга, волокна сенсорных систем (обонятельные, зрительные, слуховые, тактильные и т. д.). Все они заканчиваются синапсами на нейронах ретикулярной формации. Благодаря такой организации она приспособлена к объединению влияний из различных структур мозга и способна влиять на них, то есть выполнять интегративные функции в деятельности ЦНС, определяя в значительной мере общий уровень ее активности [12, 15].

Лимбическая система (от лат. *limbus* – граница, край) – совокупность ряда структур головного мозга, которая включает в себя [4]:

- обонятельную луковицу (*Bulbus olfactorius*);
- обонятельный тракт (*Tractus olfactorius*);
- обонятельный треугольник (*Trigonum olfactorium*);
- переднее продырявленное вещество (*Substantia perforata anterior*);
- поясную извилину (*Gyrus Cinguli*; англ. – Cingulate gyrus) – отвечает за автономные функции регуляции частоты сердцебиений и кровяного давления;
- парагиппокампальную извилину (*Gyrus parahippocampalis*);
- зубчатую извилину (*Gyrus dentatus*);
- гиппокамп (*Hippocampus*), необходимый для формирования долговременной памяти;
- миндалевидное тело (*Corpus amygdaloideum*; англ. – Amygdala) – агрессия, осторожность, страх;

- гипоталамус (*Hypothalamus*) – регулирует автономную нервную систему через гормоны, голод, жажду, половое влечение, цикл сна и пробуждения;
- сосцевидное тело (*Corpus Mamillare*; англ. – Mammillary body) – важно для формирования памяти;
- ретикулярную формацию среднего мозга (*Formatio reticularis*).

Составные лимбической системы окутывают верхнюю часть ствола головного мозга, будто поясом, и образуют его край (лимб). Участвуют в регуляции функций внутренних органов, обоняния, автоматической регуляции, эмоций, памяти, сна, бодрствования. Получая информацию о внешней и внутренней средах организма, лимбическая система запускает вегетативные и соматические реакции, обеспечивающие адекватное приспособление организма к внешней среде и сохранение гомеостаза. Частными функциями лимбической системы являются:

- регуляция функции внутренних органов (через гипоталамус);
- формирование мотиваций, эмоций, поведенческих реакций;
- важная роль в обучении;
- обонятельная функция;
- организация кратковременной и долговременной памяти;
- формирование ориентировочно-исследовательской деятельности (ее нарушение проявляется в развитии синдрома Клувера – Бьюси);
- организация простейшей мотивационно-информационной коммуникации (речи);
- участие в механизмах сна.

Таким образом, лимбическая система, получая информацию от интеро- и экстерорецепторов организма, запускает вегетативные и соматические реакции, обеспечивающие адекватное приспособление организма к внешней среде и сохранение гомеостаза. Кроме того, именно этим отделам нервной системы, по мнению некоторых авторов, отводится функция формирования таких когнитивных состояний, как душа и дух человека, которые с точки зрения анатомии и физиологии описаны как круг Пайпетца и круг Наута (рис. 3)[5].

Основоположники «Пространственной теории» О'киф и Линн Надель, исследуя «когнитивные карты»

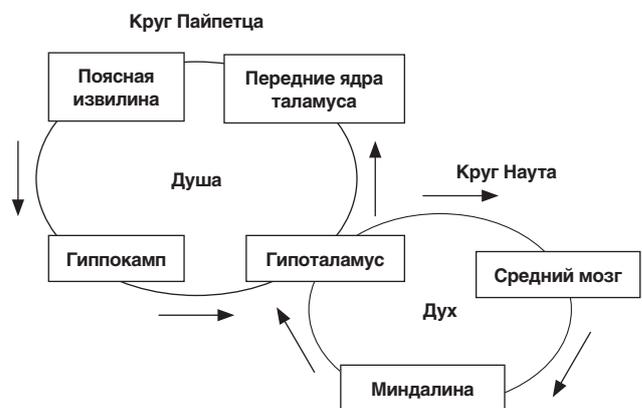


Рис. 3. Схема лимбической системы мозга

в организме человека и животных, описали многофункциональность гиппокампа в лимбической системе, выделяя три основные его функции: поведенческое торможение, кратковременную память с переводом ее в долговременную в другие отделы головного мозга [3], пространственное кодирование и восприятие космоса (вибраций Вселенной).

Развитие каждого живого существа повторяет развитие всего вида (онтогенез повторяет филогенез). Есть мнение, что в структурах нашего мозга заложена информация об истории всего человечества. Поэтому любовь и уважение ко всему прошлому позволяет приоткрыть и осознать сущность человеческого бытия и ответственно относиться к настоящему и будущему.

Многие ученые, сделавшие великие открытия в анатомии и физиологии человека, отмечали свою несовершенство и ограниченность перед возможностями природы, так как сами не имели духовного опыта (своего же открытия). Именно в этом и заключается конфликт науки и религии: наука основывается на конкретных материальных фактах, а религия — на духовном опыте человека, хотя речь может идти об одном и том же. Чтобы оживить материальное, надо вдохнуть в него жизнь путем духовной практики. Примером тому может служить жизненный путь Архиепископа Луки (в миру Валентина Феликсовича Войно-Ясенецкого), врача-хирурга, профессора, автора книги «Очерки гнойной хирургии», а также «Дух, душа и тело» [14].

Православие смотрит на проблему здоровья с точки зрения трех составляющих человека: духа, души и тела. Физиологическая, аллопатическая медицина занимается болезнями тела и работает на телесном уровне. Иногда тело болеет чисто физически, допустим, перелом, ожог. Психология занята душевными проблемами человека. Однако имеется значительное количество медицинских свидетельств относительно того, как психологическое состояние человека влияет не только на течение, но и на возникновение физических болезней. Речь идет о так называемых психосоматических заболеваниях. Современная медицина переходит из аллопатической стадии в холистическую, приходит к осознанию необходимости лечения не только тела или психики, а всего человека [10].

Нарушения в интегративных системах мозга при определенных заболеваниях, которые могут быть оценены количественно и качественно или зафиксированы аппаратными методами исследования, описаны в медицине в виде отдельных симптомов и синдромов. Религиозно-нравственное понимание всякой болезни, в том числе и психической, отличается от рационального и научного. Святые отцы говорили: «Здоровье, как и сама жизнь, — дар Божий, который не ценится до тех пор, пока не утрачен» [16].

Для верующего человека болезнь всегда вызывает удивление, недоумение и необходимость самопроверки, выяснения духовного смысла посланного испытания: человек в болезни имеет время подумать, сосредоточиться с помощью друзей, близких или

духовного отца, проверить свою жизнь, свои ошибки и падения, которые могли послужить причиной болезни, исправить их последствия через покаяние и таким образом использовать время болезни для духовно-нравственного исправления. Стремление выздороветь у верующего включает в себя духовный подвиг — молитву, пост (немало болезней лечатся ограничением приема тех или иных видов пищи или даже голодом), а также обращение болящего к Таинствам Исповеди, Елеосвящения, Причащения Тела и Крови Христовых [6, 7, 10]. В современной церкви уделяется также внимание физическому воспитанию человека. Святой Алексий Мечев своему духовному чаду советовал заниматься, в том числе и физическими упражнениями [9], в частности гимнастикой, чтобы бороться с праздностью и развивать в себе волю.

Чувство «ограниченности» и пылкий ум неизбежно толкают человека на познание самого себя, других людей и внешнего мира, что приводит все к новым и новым открытиям. Некоторые авторы считают, что только при гармоничном включении и функционировании всего, что вложил Создатель в человека, на материальном и духовном уровне теряются границы, расширяется сознание человека, возникает чувство единения себя, социума, внешнего мира и Вселенной. Вместе с этим растут и адаптационные способности человека с точки зрения медицины. Однако всесторонне реализовать функцию всех структур человеческого мозга может далеко не каждый человек. Эти структуры — как золотое руно из сказки «Садко», которое ищут многие, а получить может не каждый. «Эго» человека является основным препятствием в этом путешествии.

На сегодняшний день создано много психотехник как лечебного, реабилитационного направления, так и личностного роста. Каждая из них имеет право на существование и может эффективно применяться для решения той или иной ситуационной задачи как медиками, так и психологами [2]. Наряду с современными психотехнологиями наши предки оставили последующим поколениям неиссякаемый источник познания себя и мира, корнями уходящий в христианство [10, 16].

Ученые давно доказали: мозг человека устроен таким образом, что все вокруг мы воспринимаем как проекции нашей психики, несущие ту или иную психоэмоциональную окраску. Когда мы негативно относимся к чему-либо или кому-либо, то тем самым мы разделяем самих себя. Поэтому духовные отцы учат «хранить свою жизнь и совесть чистыми посредством соблюдения заповедей. Тогда сердце получает силу с дерзновением и страхом стоять перед лицом Христа, воздающего ему покоем примирения с Богом и утешением Его негибнущим, что подает душе уверенность в ее спасении и вечности. В личности Господа Иисуса нам открывается абсолютная истина, и мы познаем совершенную связь с Богом и ближними. Во время своего пребывания во плоти Христос открыл нам связь совершенной любви в лоне

Святой Троицы. Сын открывает и прославляет Имя Отца Небесного, Отец прославляет Сына и свидетельствует, что Сын пребывает весь в Отце, что Отец пребывает весь в Сыне и что Он — Сын Его любви, о котором он благоволил».

Вера, надежда и любовь, как ключики к «потайным дверям» нашей сущности, открывают резервные возможности нашего организма и сознания. Вера, гармония с самим собой и внешним миром дает человеку ощущение удовлетворения и счастья, осознание своего места в жизни и максимальной самореализации. Этому человек учится всю жизнь. Христианин выражает свою любовь через молитву, и если мы молимся, то это показатель нашей любви к Богу [8, 10].

В настоящее время ученые установили благотворное влияние молитв на организм человека. Ученые из Университета Павии (Италия) предлагали 23 добровольцам повторять молитвы под руководством инструктора. У испытуемых устанавливалось глубокое редкое дыхание, нормализовалась функция сердечно-сосудистой системы, то есть обе системы синхронизировались; кровь лучше обогащалась кислородом. Эта методика чтения молитв у больных с сердечной недостаточностью приводила к нормализации сердечного ритма, они становились спокойнее.

Исследования, проведенные во многих странах мира, показали, что во время молитвы у человека на 20 % снижается потребление кислорода, тогда как во время сна организм потребляет кислорода всего на 8 % меньше; то есть молитва лучше нормализует функционирование и восстановление организма, чем даже сон. Отметим, что возможность влияния самовнушения была исключена.

Молитва нормализует функционирование головного мозга и таким образом способствует самолечению организма. У каждого человека одно из полушарий мозга превалирует над другим, поэтому наблюдается склонность к образному либо к логическому мышлению. В результате молитвенной практики от 2–4 нед до нескольких месяцев слабое полушарие головного мозга подтягивается и достигает уровня сильного, а также синхронизируются электрические ритмы обоих полушарий. То есть во время молитвы ликвидируется превалирование одного полушария мозга над другим, и такой человек становится более интеллектуально здоровым, энергичным, защищенным от стрессов, способным проявлять талант и интуицию [8].

Некоторые исследователи считают, что во время молитвы разрушаются патологические связи между нейронами мозга, и это способствует исцелению от многих болезней, обусловленных нейрогенными нарушениями. Верующие люди на 36,0 % реже посещают врачей, чем другие. Американский психиатр Дж. Т. Фишер в конце своей жизни писал, что если проанализировать все статьи психологов и психиатров по вопросам психической гигиены, сократить и очистить их от словесной шелухи, то есть взять только самую суть, то в результате получится перевод Нагорной проповеди Иисуса Христа (Евангелие от Матфея 5:

3–12), которая является универсальным планом здоровой человеческой жизни.

Индийские ученые утверждают, что молитва — это мощный инструмент позитивного воздействия на организм, его самосовершенствование, нормализующий психику, это мудрость жизни современного человека.

И. П. Павлов своими опытами доказал, что влияние молитвы на организм научно обосновано. Нужна только искренность и беспристрастность в молитве, соблюдение рекомендаций святых отцов и священных писаний, чтобы получить благотворное влияние на организм. А кто живет так, как удобно его «эго», постоянно находится под гнетом проблем.

Ученые сравнили два примерно одинаковых города, но в первом городе было больше храмов и верующих, чем во втором. Результаты были ошеломляющими: преступность в первом городе ежегодно снижалась на 5–7 %, а во втором — увеличивалась. Это свидетельствует о том, что люди, которые ведут молитвенный образ жизни, не только сами совершенствуются, но также совершенствуют и гармонизируют окружающих [8].

Профессор В. Б. Слезин и кандидат медицинских наук И. Я. Рыбина из Института имени В. М. Бехтерева открыли уникальный феномен — особое состояние человека во время молитвы, который подтвержден электроэнцефалограммой: это полное отключение мозга при ясном сознании. Этот феномен назвали четвертым состоянием человека (ранее были известны три состояния сознания: бодрствование, медленный и быстрый сон).

Нейрофизиологи продемонстрировали, что в мозге людей, которые молятся, независимо от того, какая это молитва, происходят такие же нейрофизиологические явления, как у детей. Можно сказать, что молящиеся становятся детьми. Недаром в Евангелии сказано: будьте как дети — и спасетесь («В то время ученики приступили к Иисусу и сказали: кто больше в Царстве Небесном? Иисус, призвав дитя, поставил его посреди них и сказал: истинно говорю вам: если вы не обратитесь и не будете как дети, не войдете в Царство Небесное. Итак, кто смирится, как это дитя, тот и больше в Царстве Небесном» (Евангелие от Матфея 18: 1–4).

В статье Дэвида Ларсона, президента Национального института исследований в области здоровья (США), и его соавторов «Забывтый фактор в психиатрии: религиозная посвященность и психическое здоровье», опубликованной в *Psychiatric Times*, авторы пришли к выводу, что «отсутствие религиозных или духовных интересов остается серьезным фактором риска развития алкогольной и наркотической зависимости». С другой стороны, духовность может помочь преодолеть таковую: «45 % пациентов, участвовавших в религиозных программах по освобождению от опиатной зависимости, год спустя не употребляли наркотики по сравнению с 5 % лиц, получавших помощь в рамках нерелигиозных общественных программ» (Desmond and Maddux, 1981). Результаты других

исследований демонструють більш низкий рівень депресій і злоупотреблення алкоголем і наркотиками: наприклад, в дослідженні з участю 1 900 пар близнецов-жінок відзначено значно більш низкий рівень депресії, злоупотреблення тютюном, алкоголем і наркотическими речовинами серед тих, хто був більш релігійним.

Дослідники в клініці Майо вивчали зв'язок між релігійністю і фізичним, психічним здоров'ям, якістю життя і іншими показателями. Автори повідомляють: «Більшість досліджень продемонстрували, що релігійність пов'язана з покращенням здоров'я, якості життя (причому, навіть у осіб з невиліковними захворюваннями), з більшою продовжительністю життя, а також здатністю знизити рівень тривожності, депресії і схильності до суїциду» [8].

Баварський вчений А. Кольпінг помітив, що веруючі люди, які відвідують церковні служби хоча б два рази на тиждень, живуть в середньому на 14 років довше, ніж ті, хто за все життя ні разу не переступив поріг церкви або робив це 1–2 рази на рік.

В час істинної молитви відбувається відхід від жорсткої реальності, нормалізуються біохімічні процеси, емоційний стан, що призводить до руйнування патологічних зв'язків в організмі, і людина оздоровлюється. Однак не тільки молитва надає оздоровчий ефект. Всі 5 аналізаторів (обонятельний, зоровий, слуховий, тактильний, смаковий) стають більш чутливими в час церковної служби. Запах ладана впливає на нас заспокоююче, ми з захопленням і тремтінням дивимося на ікони, запалюючи і підносячи свічку з заповітною проханням до образу святого.

Впродовж століть образи і символи, запахи і звуки, читання молитв служили дверцятами свідомості в підсвідомі шари психіки людини і використовувалися з оздоровчою метою. Сильний оздоровчий ефект надають таїнства, проводимі священником, а також загальна християнська молитва в церкві. Недаром практикуючий лікар В. Бехтерев говорив про своїх пацієнтів: «Цей дух приймає ліки, а ось цьому краще піти до священника» [8].

Щоб одужати душою і тілом, потрібно вірити і молитися щиро, по-справжньому, з душі, інакше лікувальний ефект не буде.

Взаємозв'язок між релігійністю батьків і психологічним благополуччям дітей також став предметом наукового дослідження. Так, згідно з результатами дослідження, опублікованого на сайті Американської психіатричної асоціації, діти і підлітки з сімей, де матері регулярно відвідували церкву, значно більш благополучні в психологічному і медичному відношенні, ніж в сім'ях, де церкву відвідували рідко або взагалі ніколи [18].

Згідно з результатами дослідження фонду Gallup, проведеного в США з участю 550 000 осіб, у віруючих людей відзначається більш висока якість життя, менша схильність до депресій і тривогам,

які ведуть більш здоровий спосіб життя. Ці дані отримані з урахуванням інших відмінностей, що визначають якість життя: вік, стать, расову і етнічну належність, регіон і т. п. Залежність цих показників від рівня релігійності, втім, не пряма: в усіх досліджуваних групах найбільш благополучні відчували глибоко релігійні люди, середні – слабкорелігійні, а нерелігійна група була найменш благополучною [17].

Багато захворювань, в тому числі і інфекційні, частіше виникають після стресів [13] або тривалих перевтоми, коли зменшуються захисні властивості імунної системи і організм стає вразливим до впливу інфекційних агентів, порушуються кровообіг і іннервація внутрішніх органів і систем, що зменшує компенсаторні можливості організму. При цьому не менш важливим значення набуває усунення психологічного фактора, що сприяє виникненню захворювання. Часто, дотримуючись правил і норм медичної етики, лікар не може надати адекватну психологічну допомогу хворому, а іноді і сам опиняється в ситуації, що потребує духовної підтримки.

В наші дні в багатьох лікарнях відкриваються храми, куди пацієнт може прийти в зручний для нього час, помолитися, поставити свічку і звернутися до своєї проханням до Бога. Часто після перебування в церкві хворі отримують внутрішній відгук на турбуючу їх проблему, набувають психоемоційну стійкість. Це є хорошим доповненням до проводимого лікування, так як відкриває нові резервні можливості людини, направлені на одужання.

Таким чином, як заходи профілактики соматичних і психічних захворювань не менш важливим значенням мають духовне і фізичне виховання людини, дотримання здорового режиму праці і відпочинку, правильне харчування.

Хрещення і виховання людини з народження в дусі православного християнства є основою гігієни психічного і соматичного здоров'я людини, збереження його цілості і довголіття, передаються з покоління в покоління протягом





многих веков и до сих пор, как неиссякаемый источник, до конца не познанных наукой.

На территории ГУ «Национальный институт фтизиатрии и пульмонологии им. Ф. Г. Яновского НАМН Украины», г. Киев, в 2015 г. открылся новый храм, освященный в честь Святой Троицы, настоятелем которого является отец Анастасий. Все желающие – и пациенты, и сотрудники института – могут приобщиться к христианским духовным ценностям, применяя

в своей повседневной жизни духовный опыт как дополнительный источник исцеления и благополучия.

Повышение духовности у пульмонологических, фтизиатрических и коинфицированных пациентов повысит их ответственность и осознание необходимости госпитализации и лечения, вселит уверенность в будущее и надежду на скорое выздоровление, что может способствовать снижению заболеваемости в сфере фтизиопульмонологии.

#### Список литературы

1. Мелехов, Д. Е. Болезнь и здоровье в психике человека [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.pravmir.ru/bolezn-i-zdorove-v-psixike-cheloveka>
2. Игнат'єва, В. І. Вплив холистичного палсингу на психосоматичний стан хворих на бронхіальну астму [Текст] / В. І. Ігнат'єва, В. Манжуловський, О. Покропивний // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2010. – № 3 – С. 80–84.
3. Код мозга и память. Загадка гиппокампа [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://geektimes.ru/post/240290/>
4. Лимбическая система [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://ru.wikipedia.org/wiki>
5. Лимбическая система [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.google.com.ua/search?q=либическая+система&biw>
6. Мельник, В. М. Життя і вчення Ісуса Христа [Текст] / В. М. Мельник. – К.: Здоров'я, 2003. – 584 с. – 2-ге видання. – Харків: Фоліо, 2004. – 638 с.
7. Мельник, В. М. Молитовне правило устами мирянина [Текст] / В. М. Мельник. – К.: «Софія-А» ЛТД, 2015. – 300 с.
8. Мельник, В. М. Свята Божественна Літургія у розумінні мирянина [Текст] / В. М. Мельник. – К.: Ліра-К, 2015. – 276 с.
9. Нужно ли православным заниматься физкультурой и спортом? [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://hramnagorke.ru/gloss/67/1656/>
10. Православным о здоровье. Игумен Евмений [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://heatpsy.narod.ru/06/bless.html>
11. Ретикулярная формация [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://ru.wikipedia.org/wiki>
12. Ретикулярная формация [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.google.com.ua/search?q=ретикулярная+формация&biw>
13. Русина Н. А. Эмоции и стресс при онкологических заболеваниях // Мир психологии. – 2002. – № 4. – С. 152–160.
14. Святитель Лука (Войно-Ясенецкий) – Профессор, врач, архиепископ [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://foma.ru/sviatitel-luka-professor-vrach-arhiepiscope.html>
15. Функции ретикулярной формации [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://fiziologija.vse-zabolevaniya.ru/>

#### References

1. Melekhov DE. Bolezn' i zdorov'e v psikhike cheloveka (Illness and health in mentality of the person). Available from: <http://www.pravmir.ru/bolezn-i-zdorove-v-psixike-cheloveka>
2. Ignat'eva VI, Manzhulovskiy V, Pokropivniy O. Vpliv kholistichnogo palsingu na psikhosomatichniy stan khvorikh na bronkhial'nu astmu (The impact of holistic palsyng on psychosomatic condition patients with asthma). Teoriya i metodika fizichnogo vikhovannya i sportu. 2010;3:80–84.
3. Kod mozga i pamyat'. Zagadka gippokampa (Code of a brain and memory. Riddle of a gippokamp). Available from: <http://geektimes.ru/post/240290/>
4. Limbicheskaya sistema (Limbic system). Available from: <https://ru.wikipedia.org/wiki>
5. Limbicheskaya sistema (Limbic system). Available from: <https://www.google.com.ua/search?q=либическая+система&biw>
6. Mel'nik VM. Zhittya i Vchenna Isusa Khrista (The Life and Teachings of Jesus Christ). Kyiv: Zdorov'ya; 2003. 584 p.; 2nd ed. Kharkiv: Folio; 2004. 638 p.
7. Mel'nik VM. Molitovne pravilo ustami miryanina (Prayer rule by mouth of layman). Kyiv: «Sofiya-A» LTD; 2015. 300 p.
8. Mel'nik, VM. Svyata Bozhestvenna Liturgiya u rozuminni miryanina (Holy Divine Liturgy in the sense of a layman). Kyiv: Lira-K; 2015. 276 p.
9. Nuzhno li pravoslavnym zanimat'sya fizkul'turoy i sportom? (Whether Orthodox Christians need to go in for physical culture and sport?). Available from: <http://hramnagorke.ru/gloss/67/1656/>.
10. Pravoslavnym o zdorov'e. Igumen Evmeniy (The Orthodox Christian about health. Abbot Evmeniy). Available from: <http://heatpsy.narod.ru/06/bless.html>.
11. Retikulyarnaya formatsiya (Retikulyarny formation). Available from: <https://ru.wikipedia.org/wiki>.
12. Retikulyarnaya formatsiya (Retikulyarny formation). Available from: <https://www.google.com.ua/search?q=ретикулярная+формация&biw>.
13. Rusina NA. Emotsii i stress pri onkologicheskikh zabolevaniyakh (Emotions and stress at oncological diseases). Mir psikhologii. 2002;4:152–160.
14. Svyatitel' Luka (Voyno-Yasenetskiy) – Professor, vrach, arkhiepiskop (The prelate Luka (Voyno-Yasenetskiy) – Professor, doctor,

mehanizm-reguljacji-fiziologicheskikh-processov/funkcii-retikuljarnoj-formacii.html

16. Христианское отношение к медицине и здоровью [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.pravoslavie.ru/4839.html>

17. Does Private Religious Activity Prolong Survival? A Six-Year Follow-up Study of 3,851 Older Adults [Text] / M. Hughes [et al.] // J Gerontol A Biol Sci Med Sci. – 2000. – Т. 55, № 7. – С. M400–M405.

18. Maselko, J. Gender differences in religious practices, spiritual experiences and health: Results from the US General Social Survey [Text] / J. Maselko, L. Kubzansky // Social Science & Medicine. – 2006. – Vol 62 (11). – P. 2848–2860.

archbishop). Available from: <http://foma.ru/sviatitel-luka-professor-vrach-arhiepiscope.html>.

15. Funktsii retikuljarnoy formacii (Functions of the reticular formation). Available from: <http://fiziologija vse-zabolevaniya.ru/mechanizm-reguljacji-fiziologicheskikh-processov/funkcii-retikuljarnoj-formacii.html>.

16. Khristianskoe otnoshenie k meditsine i zdorov'yu (Christian relation to medicine and health). Available from: <http://www.pravoslavie.ru/4839.html>

17. Hughes M, et al. Does Private Religious Activity Prolong Survival? A Six-Year Follow-up Study of 3,851 Older Adults. J Gerontol A Biol Sci Med Sci. 2000;55(7):400–405.

18. Maselko J, Kubzansky L. Gender differences in religious practices, spiritual experiences and health: Results from the US General Social Survey. Social Science & Medicine. 2006;62(11):2848–2860.

## ЩО ЗНАЄ НАУКА ПРО ЗДОРОВ'Я ТА РЕЛІГІЮ

*V. I. Ignatieva*

### Резюме

Стаття «Що знає наука про здоров'я та релігію» присвячена відкриттю на території ДУ «Національний інститут фізіятрії та пульмонології ім. Ф. Г. Яновського НАМН України» нового храму, освяченого на честь Святої Трійці.

У статті розглянуто питання етики, визначені поняття здоров'я і хвороби з точки зору науки та релігії. Підкреслюється, що в основі всієї складної комунікації, яка обумовлює функціонування організму людини як відкритої саморегульованої системи, лежить лімбічна система і ретикулярна формація, які виконують основну інтегративну функцію в організмі людини. Наводяться наукові дані про вплив психологічного стану людини на перебіг і виникнення психосоматичних хвороб. Підкреслюється, що сучасна медицина все більше приримується холистичного підходу – приходять до усвідомлення необхідності лікування не тільки тіла або психіки, а всієї людини у цілому.

За літературними даними доведено, що виховання людини з народження в душі православного християнства є основою гігієни психічного і соматичного здоров'я, збереження цілісності і довголіття.

**Ключові слова:** етика, здоров'я, хвороба, релігія, православне християнство.

Науково-практичний журнал «Астма та алергія», 2016, № 1

*V. I. Ignatieva*

канд. мед. наук, старший науковий співробітник

ДУ «Національний інститут фізіятрії та пульмонології

ім. Ф. Г. Яновського НАМН України»

вул. Амосова, 10, Київ, Україна, 03680

тел.: +38 (044) 275-27-33

e-mail: [ignatieva@ifp.kiev.ua](mailto:ignatieva@ifp.kiev.ua)

## WHAT THE SCIENCE KNOWS ABOUT HEALTH AND RELIGION

*V. I. Ignatieva*

### Summary

The article «What knows the science of health and religion» is devoted to the opening in the territory of the State Institution SI «National Institute of phthisiology and pulmonology named after F. G. Yanovskii NAMS of Ukraine» of the new church, consecrated to the Holy Trinity.

The article deals with ethics, defined concepts of health and illness in terms of science and religion. It is emphasized that the basis of all complex communication that makes the functioning of the human body as an open self-regulating system, is the limbic system and reticular formation that perform basic integrative function in humans. We present scientific data on the impact of human psychological condition of the course and the emergence of psychosomatic illnesses. It is emphasized that modern medicine is increasingly follows a holistic approach – coming to realize the need to treat not only the body or mind, and all human in general.

According to the literature demonstrated that educating people from the birth in the spirit of Orthodox Christianity is the basis of physical and mental health care, maintaining the integrity and longevity.

**Key words:** ethics, health, disease, religion, Orthodox Christianity.

Theoretical and practical J. «Asthma and Allergy», 2016, 1

*V. I. Ignatieva*

PhD

SO «National Institute of Phthisiology and Pulmonology named after F. G. Yanovsky NAMS of Ukraine»

Amosova str., 10, Kyiv, Ukraine, 03680

tel.: +38 (044) 275-27-33

e-mail: [ignatieva@ifp.kiev.ua](mailto:ignatieva@ifp.kiev.ua)