

УДК 611.8
ББК 56.12
Б87

Бранд, Павел.

Б87 На нервной почве: познавательная медицинская мифология / Бранд Павел Яковлевич. – Москва : Издательство АСТ, 2019. – 256 с. – (Медик.ру).

ISBN 978-5-17-111727-6.

Самая распространенная фраза, которую слышит, наверно, каждый врач от своих пациентов — «Ну вы же давали клятву Гиппократу!». Как ни странно, сама клятва Гиппократу — это медицинский миф. Этот миф о клятве, как и многие другие связанные с медициной слухи и устоявшиеся верования, прочно прижился в сознании масс.

Именно с клятвы Гиппократу хочется начать мое повествование о медицинской мифологии, ведь мифы о медицине разделяют и те, кто лечится, и, как ни странно, иногда те, кто лечит. Мы поговорим о том, действительно ли верно утверждение «все болезни от нервов», обсудим причины и последствия головокружений, разберемся с особенностями головных болей и болей в спине, коснемся темы инсультов и эпилепсии, определим, можно ли верить принципам доказательной медицины.

О неврологических проблемах знают многие, но далеко не все способны внять голосу разума, найти грамотного врача и определить правильное лечение. Поэтому я надеюсь, что моя книга поможет в огромном информационном потоке выделить главное — то, что нужно именно вам для сохранения здоровья.

Знайте больше и живите лучше!

УДК 611.8
ББК 56.12

ISBN 978-5-17-111727-6.

© Бранд П.
© ООО «Издательство АСТ»

СОДЕРЖАНИЕ

КЛЯТВА, КОТОРУЮ НИКТО НЕ ДАВАЛ	13
ПРАВДА И МИФЫ О НЕВРОЛОГАХ И НЕВРОЛОГИИ	17
НЕСУЩЕСТВУЮЩИЕ БОЛЕЗНИ?.....	40
Вегетососудистая дистония (ВСД).	
ВездеСущий Диагноз	43
Остеохондроз позвоночника. Всем и каждому	53
Дисциркуляторная энцефалопатия. Особый случай	61
10 МИФОВ О ГОЛОВОКРУЖЕНИИ.....	66
МИФ № 1.	
Меня качает, шатает, заплетаются ноги, бросает из стороны в сторону — у меня головокружение!	66
МИФ № 2.	
У меня головокружение (тошнит, рвет, высокое давление...).	
Видимо, инсульт.....	67
МИФ № 3.	
Головокружение для меня норма.	
У меня же вертебробазилярная недостаточность... ..	69
МИФ № 4.	
Причина моих головокружений — остеохондроз шейного отдела позвоночника.	72
МИФ № 5.	
У меня должна кружиться голова, ведь у меня синдром позвоночной артерии!	73
МИФ № 6.	
У меня головокружение.	
Мне срочно нужно в больницу!	75
МИФ № 7.	
У меня ужасно кружится голова! Я умираю!	77
МИФ № 8.	
Если кружится голова, то нужно идти к мануальному терапевту. Он поможет!.....	79

МИФ № 9.	
Невролог посмотрел меня и назначил много разных таблеток. Теперь-то я выздоровею!	81
МИФ № 10.	
Фуф, отпустило! Надеюсь, этот ужас никогда не повторится!	82
12 МИФОВ О ГОЛОВНОЙ БОЛИ	87
МИФ № 1.	
У меня болит голова — значит, у меня мигрень!	87
МИФ № 2.	
Болит голова? А у кого она не болит? Это не повод обращаться к врачу	95
МИФ № 3.	
У меня голова болит «на погоду»! Врач же погоду не изменит.....	98
МИФ № 4.	
Голова болит от высокого давления, пойду-ка я к кардиологу.	100
МИФ № 5.	
Если болит затылок — это уж точно давление	102
МИФ № 6.	
Если болит голова в области лица — это невралгия тройничного нерва.	103
МИФ № 7.	
Если болит голова, то нужно обязательно сделать электроэнцефалограмму (ЭЭГ)!	106
МИФ № 8.	
Прежде чем идти к врачу по поводу головной боли, нужно сделать КТ / МРТ головного мозга, чтобы доктору было с чем работать и о чем говорить.	108
МИФ № 9.	
Моя головная боль — следствие шейного остеохондроза.	111
МИФ № 10.	
Зачем идти к врачу с головной болью, если можно выпить таблетку и все пройдет?	113
МИФ № 11.	
Сходил к неврологу по поводу головной боли, а назначенное лечение не помогает! Видимо, у меня что-то серьёзное... ..	115
МИФ № 12.	
От головной боли лекарств нет. Я терплю как можно дольше, а если не проходит, потом пью таблетки одну за другой, но эффекта нет!	119

11 МИФОВ О БОЛИ В СПИНЕ	124
МИФ № 1. У меня остеохондроз позвоночника, от этого спина и болит.	124
МИФ № 2. Что там диагностировать, когда и так понятно, что у меня грыжа межпозвонкового диска!.....	126
МИФ № 3. Спина не голова, поболит и пройдет. Обращаться к врачу — только время тратить.	132
МИФ № 4. Если уж столкнулся впервые с болью в спине, то идти надо, конечно, к неврологу!.....	134
МИФ № 5. Перед тем как идти к врачу, нужно сделать МРТ/КТ/рентген, чтобы доктору было с чем работать.....	137
МИФ № 6. Врач посмотрел меня и назначил таблетки, а я почитал (инструкцию, интернет, посты в одноклассниках и т.п.) и решил, что пить их не буду! Слишком много побочных эффектов. Не такая уж и сильная боль. Можно и потерпеть.....	140
МИФ № 7. Нет уж, я лучше полежу 3–4 дня, и все само пройдет.. Когда лежишь, ничего не болит. А если не пройдет, сделаю вытяжение позвоночника — и никаких таблеток.	145
МИФ № 8. А мне врач назначил мануальную терапию и физиотерапевтическое лечение (ФТЛ). Думаю, что обойдусь без таблеток.....	148
МИФ № 9. Мне всегда помогали блокады, значит, и сейчас помогут!	150
МИФ № 10. Сложно все это... Вызову «Скорую», пусть везут в больницу. Там разберутся.	153
МИФ № 11. Надоели эти боли в спине! Пойду сделаю операцию и забуду про них навсегда!.....	154
15 МИФОВ ОБ ЭПИЛЕПСИИ	161
МИФ № 1. Эпилепсия всегда передается по наследству	161
МИФ № 2. Эпилепсия — это ужасные припадки с судорогами и пеной изо рта.....	165
МИФ № 3. Эпилепсия — это психическое заболевание.....	169

МИФ № 4.	Больные эпилепсией умственно неполноценны.	171
МИФ № 5.	Эпилепсия — неизлечимое заболевание	173
МИФ № 6.	Эпилепсией можно заразиться.....	176
МИФ № 7.	Противоэпилептические препараты имеют множество побочных эффектов, вызывают привыкание, и их нужно принимать всю жизнь.	177
МИФ № 8.	У легковозбудимых детей, которые закатываются при плаче, в будущем разовьётся эпилепсия.....	178
МИФ № 9.	Эпилепсией всегда болеют с детства.	180
МИФ № 10.	Больные эпилепсией не могут учиться, работать и заниматься спортом.	182
МИФ № 11.	Эпилептический приступ провоцируется стрессом.	184
МИФ № 12.	Эпилептический приступ можно симулировать.....	186
МИФ № 13.	Любая потеря сознания — это эпилептический приступ.	189
МИФ № 14.	Эпилептический приступ всегда случается неожиданно.	190
МИФ № 15.	Эпилептический приступ можно остановить, если крепко удерживать больного, и ему надо обязательно засунуть в рот ложку, чтобы он не прикусил язык.	191
11 МИФОВ ОБ ИНСУЛЬТЕ		195
МИФ № 1.	Инсульт — болезнь стариков.....	196
МИФ № 2.	Основной признак инсульта — головная боль	200
МИФ № 3.	Инсульт — это всегда потеря сознания	203
МИФ № 4.	Бойтесь: головокружение — очень часто признак инсульта	204
МИФ № 5.	Слабость и покалывание в руке или в ноге — это всегда инсульт. Вызывайте «Скорую»!	206
МИФ № 6.	Инсульт могут определить только врачи.....	210
МИФ № 7.	Инсульт — редкое заболевание	212

МИФ № 8.	
Инсульт никак не лечат. На сегодняшний день просто не существует методов его лечения	213
МИФ № 9.	
После инсульта человек навсегда остаётся инвалидом. Это приговор	218
МИФ № 10.	
При инсульте нужно скорее везти пациента в любую больницу. Там помогут	222
МИФ № 11.	
Профилактика инсульта — это регулярное наблюдение у невролога	224
ЕЩЕ 13 МИФОВ НА НЕРВНОЙ ПОЧВЕ	228
МИФ № 1.	
В этой неврологии — сплошная путаница и ошибка на ошибке, начиная с названия: болезни нервные, а врач — невролог!	228
МИФ № 2.	
Когда-то у нас была невропатология и врач невропатолог. Сейчас таких уже не осталось, потому и лечиться не у кого	229
МИФ № 3.	
Увеличение продолжительности жизни — вот главная цель современной медицины	229
МИФ № 4.	
Об эффекте плацебо говорят, чтобы задурить людям головы. Ничего такого нет. Ну или от нас что-то скрывают	230
МИФ № 5.	
Все проблемы со здоровьем можно решить с помощью лекарств	233
МИФ № 6.	
Общий наркоз очень опасен, особенно для головного мозга	234
МИФ № 7.	
Высокий уровень холестерина бывает только у полных людей	236
МИФ № 8.	
Занятия спортом защищают от заболеваний сердечно-сосудистой системы	236
МИФ № 9.	
Тошнота и сонливость — верные признаки сотрясения мозга	237
МИФ № 10.	
Боли в спине вызваны отложением солей	238
МИФ № 11.	
Мозг человека работает на 10–16%	239

МИФ № 12.	
Много спать полезно	240
МИФ № 13.	
Смена часовых поясов, джетлаг разрушают нервную систему.	
Это очень вредно.....	241
7 МИФОВ О ДОКАЗАТЕЛЬНОЙ МЕДИЦИНЕ	244
МИФ № 1.	
Доказательная медицина — это отдельная самостоятельная отрасль	
медицины/медицинская специальность/метод лечения	244
МИФ № 2.	
Доказательную медицину придумали крупные фармкомпании,	
чтобы выдать с рынка более слабых конкурентов.....	247
МИФ № 3.	
Доказательная медицина — это придумка американской военщины,	
направленная на уничтожение уникальной советской/	
российской медицинской школы!.....	248
МИФ № 4.	
Доказательная медицина — это ужасно дорого, что делает	
невозможным исследование многих старых лекарств и методов лечения ...	249
МИФ № 5.	
Доказательная медицина — это клинические рекомендации/стандарты	
и т.д., которые «убивают» клиническое мышление врача	250
МИФ № 6.	
Доказательная медицина проповедует лечение болезни, а не больного,	
то есть пациент вторичен	250
МИФ № 7.	
Клинические решения, принятые на основе доказательной медицины,	
всегда дороже для пациента и для государства, чем решения,	
принятые на основании опыта конкретного врача	
или мнения экспертов	251

*Эта книга посвящается моему отцу —
Бранду Якову Бениаминовичу,
Врачу, Хирургу и Популяризатору науки*

*Хочу выразить огромную признательность моим друзьям,
прекрасным врачам, которые не пожалели своего времени на
прочтение и рецензирование этой книги!*

*— Руфату Матхаликову («Правда и мифы о неврологах и не-
врологии»)*

— Максиму Замерграду («10 мифов о головокружении»)

— Юлии Азимовой («12 мифов о головной боли»)

— Алексею Алексееву («11 мифов о боли в спине»)

— Артему Шаркову («15 мифов об эпилепсии»)

— Марине Аникиной («11 мифов об инсульт»)

— Антону Родионову («7 мифов о доказательной медицине»)

*Особая благодарность — Маргарите Бениаминовне Аниши-
ной, которая всегда в меня верит; Ахмеду Фуадовичу Рустамову,
который поддержал в трудную минуту сомнений и направил на
верный путь, и, конечно, Екатерине Витальевне Бриль,
которая прочла всю книгу целиком и дала несколько бесценных
советов!*

КЛЯТВА, КОТОРУЮ НИКТО НЕ ДАВАЛ

Начиная разговор о медицинских мифах, нельзя не вспомнить самый распространённый из них. Миф, на котором в нашей стране зиждется вся медицина и на который обязательно ссылаются, требуя от врачей немедленной и желательно бесплатной помощи: миф о клятве Гиппократов.

С чего все началось... Люди болели всегда, с того самого момента, как появились на этой планете. Больных и слабых просто добивали, чтобы не кормить лишние рты, однако кроме неизлечимо больных были и те, кто страдал менее серьёзными недугами. Зубная боль, головная боль, боль в спине, насморк, кашель, геморрой, понос и многие другие неприятности не требовали моментального добивания, однако сильно осложняли жизнь и требовали хоть какой-то помощи. По всей видимости, в первобытных обществах функции врачей брали на себя шаманы и старейшины племени, а основными лекарствами были всевозможные части растений, а также различные магические ритуалы.

лы, которые имели скорее психотерапевтическое значение, тоже весьма существенное, как показали позднейшие исследования.

С развитием общества и увеличением населения понадобилось выделить специальных людей, которые занимались бы исключительно проблемами со здоровьем. Так, около 5000 лет назад в Древнем Китае и Древнем Египте появились первые врачи. Врачами в современном понимании этого слова их назвать сложно, по своему функционалу они были гораздо ближе к шаманам, да и приемами пользовались примерно теми же. Тем не менее врачевание было их единственной профессией, и они начали изучать человеческий организм, в чем, надо сказать, немало преуспели. С поправкой на историческое время, конечно.

Египетские и китайские целители положили начало тому, что мы называем медициной, однако своего первого расцвета она достигла не в Египте или Китае, а в Древней Греции. Именно там были сформулированы первые медицинские постулаты, именно там начали делать серьезные хирургические операции, и именно там появилась цеховая солидарность врачей, выраженная в клятве, которую должны были давать все представители медицинской профессии.

Самым ярким представителем древнегреческой медицины по праву считается Гиппократ и, конечно же, авторство клятвы должно было бы принадлежать ему. Однако достоверных подтверждений, что именно Гиппократ составил эту клятву, до сих пор не найдено, более того, по всей видимости, сам Гиппократ и не предполагал, что стал автором столь значимой для последующих поколений врачей святыни. Современные исследователи текста клятвы сходятся на том, что это гораздо более поздняя компиляция из трудов Гиппократа, его учеников и последова-

телей, причем существенно переработанная в эпоху позднего Средневековья.

Интересно, что клятву Гиппократовых врачи, скорее всего, не давали никогда. Это лишь красивая легенда, основная ценность которой заключается в том, что она долгое время служила неким этическим кодексом, который в той или иной степени соблюдался представителями медицинской профессии. Очень сложно себе представить, что средневековые врачи, большинство из которых одновременно носили духовный сан, могли всерьёз клясться именами языческих древнегреческих богов и богинь. Точно так же трудно представить себе советских врачей, произносящих под портретами советских лидеров текст той самой якобы Гиппократовой клятвы:

«Клянусь Аполлоном, врачом Асклеием, Гигиеей и Панахеей, всеми богами и богинями, беря их в свидетели, исполнять честно, соответственно моим силам и моему разумению, следующую присягу и письменное обязательство: считать научившего меня врачебному искусству наравне с моими родителями, делиться с ним своими достоинствами и в случае надобности помогать ему в его нуждах; его потомство считать своими братьями, и это искусство, если они захотят его изучать, преподавать им безвозмездно и без всякого договора; наставления, устные уроки и всё остальное в учении сообщать своим сыновьям, сыновьям своего учителя и ученикам, связанным обязательством и клятвой по закону медицинскому, но никому другому.

Я направляю режим больных к их выгоде сообразно с моими силами и моим разумением, воздерживаясь от при-