

Р.Ш.Мамедбейли  
научный сотрудник Центра социологических исследований  
Московского государственного университета им.М.В.Ломоносова

Ответственность россиян за свое здоровье  
и некоторые особенности практики ее проявления.

В число важных задач проекта LLH входило изучение проблемы ответственности человека за свое здоровье. В ходе глубинных интервью, проведенных в Самарской и Архангельской областях, выяснилось, что подавляющее большинство опрошенных считает: каждый сам должен отвечать за состояние своего здоровья. Лишь десятая часть респондентов, в основном это жители Архангельской области, полагает, что эту ответственность вместе с человеком в определенной степени должны разделить общество и государство, которое не наладило должным образом работу медицинских учреждений. Решать проблемы, связанные с неблагоприятной экологической ситуацией в конкретном регионе, тоже возможно лишь на государственном уровне.

Треть проинтервьюированных считает себя людьми, ответственными за свое здоровье. Среди этих людей равномерно представлены мужчины и женщины, но жителей Архангельской области здесь немного больше, чем жителей Самарской области. Эти респонденты говорят о том, что следят за своим здоровьем - стараются правильно питаться, давать себе физические нагрузки, не имеют вредных привычек или отказываются от них, вовремя обращаются к врачам. Поскольку это люди разных возрастов, то мотивация поддержания здорового образа жизни у них различна. Все они осознают для себя самоценность здоровья, но вместе с тем понимают, что не застрахованы от каких-либо болезней. Более молодым здоровье необходимо для того, чтобы вырастить и поднять на ноги детей. Люди старшего возраста не хотят болеть, чтобы не быть обузой для своих близких.

Больше половины опрошенных, соглашаясь с тем, что человек сам должен быть ответственным за свое здоровье, вынуждены признать себя в этом отношении недостаточно ответственными либо вообще безответственными. Некоторые респонденты довольно самокритичны - "пустил все на самотек", "отношусь к своему здоровью наплевательски", "ленивые мы, что имеем, не храним...".

"Мы сами виноваты в своих болячках", "...это все наши ошибки - здоровье надо беречь с молодости..." - эти горькие суждения высказали две женщины, одна из которых городская жительница с высшим образованием, а вторая живет в сельской местности и получила неполное среднее образование.

Часть респондентов, недостаточно ответственно относящихся к своему здоровью, понимают, что нельзя потакать своим слабостям. Необходимо "перебороть свою лень и заниматься зарядкой", больше двигаться, бывать на воздухе, а "не у телевизора". Нужно вовремя обращаться к врачам - "не тянуть до последнего, когда уже невмоготу". Не следует пить кофе при гипертонии, "хотя бы поменьше курить", "не переедать", ограничивать потребление спиртных напитков и т.д.

В числе таких респондентов есть люди, которые пытаются замаскировать свою безответственность ссылками на объективные факторы. Вместе с тем, в нынешней экономической ситуации многие люди действительно не имеют возможности уделять необходимое внимание своему здоровью: "Не хватает времени на собственное здоровье" из-за большой загруженности семейными делами, много приходится работать, нехватка финансовых средств", "надо ведь семью содержать".

Один из существенных аспектов проблемы ответственности за здоровье – это проблема самолечения. Большая часть опрошенных жителей Самарской и

Архангельской областей активно практикуют самолечение особенно в случаях "несерьезных заболеваний", к числу которых они относят головную боль, простуду, недомогания, респираторные заболевания, ангину и т.п. Широкая распространенность данного явления объясняется, по их мнению, рядом причин. Чаще всего респонденты говорили о том, что в поликлиниках большие очереди, на прием к врачу необходимо заранее записаться – "надо день выстоять...человек уходит и своими методами начинает лечиться". "В условиях большого скопления больных людей можно заразиться. Поэтому "при несложных заболеваниях проще лечится дома самим".

С другой стороны, считают респонденты, при простудах или респираторных заболеваниях врач назначит традиционное лечение, о котором люди осведомлены. В случае обострения хронической болезни, от которой они уже лечились, респонденты также предпочитают не терять времени и лечиться самостоятельно. "Зачем тратить время и деньги, если тебе скажут опять то же самое...?"

Несколько респондентов - люди предпенсионного возраста - вынуждены заниматься самолечением из-за страха потерять работу – у них на предприятии "очень косо смотрят на тех, кто часто болеет, им предлагают увольняться, сидеть дома и лечиться". Таким образом, в силу объективных причин и, "если нет высокой температуры, когда можно вызвать врача на дом", люди предпочитают лечиться самостоятельно.

Анализ способов самостоятельного лечения простудных заболеваний у респондентов и членов их семьи, включая детей, выявил следующую тенденцию. В первую очередь люди отдают предпочтение средствам народной медицины. Обильное питье: чай с медом, лимоном, малиной, горячее молоко, отвары и настои трав. Некоторые из опрошенных, в основном мужчины, назвали в качестве лечебного напитка водку с горячим чаем или водку, настоянную на перце либо травах. Широко применяются различные прогревания от "горчицы в носочки" до "пропариться хорошенечко в бане" и полоскания содой, отварами трав.

Всего несколько респондентов являются принципиальными противниками применения медикаментозных средств и считают, что "народные средства лучше всего, они естественные, чистые, без химии". Эти люди не употребляют лекарств поскольку "ими одно лечишь, другое калечишь... тем более сейчас подделок столько..."

Большинство участников опроса, помимо перечисленных средств народной медицины, принимают и лекарственные препараты: аспирин, парацетомол, антигриппин и т.д. Подобная схема самостоятельного лечения простудных заболеваний, по мнению респондентов, проверена временем, традиционна и имеет положительный эффект.

Опрошенные нами люди говорили о том, что в случае головной боли применяют анальгин, цитрамон, при сердечных болях - валидол. Примечательно то, что среди респондентов есть люди, которые самостоятельно лечат и серьезные хронические заболевания. В основном они придерживаются предложенной им когда-то врачами схемы лечения - "пью лекарства, которые раньше мне выписывали врачи". Это респонденты с сердечно-сосудистыми заболеваниями, страдающие от болезней печени, желудка, ревматизма и т.д. Но встречаются и такие, как мужчина 42 лет из Архангельской области, который с гордостью говорил о том, что вылечил себе язву желудка спиртом по рецепту знакомой женщины.

Информацию о применении лекарственных препаратов наши респонденты черпают из многочисленных источников. Кто-то ориентируется на рекламу, кто-то консультируется в аптеке. Многие из интервьюированных получают необходимую им информацию из медицинских справочников, различных научно-популярных изданий - чаще других упоминается газета "ЗОЖ - здоровый образ жизни". Достаточно часто

опрошенные ссылались на советы друзей, коллег, знакомых, родственников, которые давали рекомендации по применению лекарственных средств на основании личного опыта. Среди людей, к чьим рекомендациям по самолечению прислушиваются респонденты, есть не только дилетанты, но и люди с медицинским образованием.

Основная часть опрошенных считает, что самолечение (помимо случаев "тяжелых, серьезных" заболеваний) - обычная норма их жизни, которую они успешно практикуют. Всего несколько человек говорили о вреде самолечения. К этому выводу они пришли на основании личного опыта. Жительница г.Архангельска с низким уровнем образования рассказала о случае самолечения давления, когда соседка - медицинская сестра, работающая в больнице, делала ей уколы папаверина. На третий день приема уколов она попала в больницу с гипертоническим кризом. Сельская жительница с высшим образованием из Самарской области под руководством мамы - врача лечила с помощью лекарств, уколов и прогреваний пневмонию. Через три недели безуспешного лечения с тяжелой формой болезни легла в больницу.

Результаты исследования показывают, что часть участников опроса вынуждены заниматься самолечением в силу объективных обстоятельств: боятся потерять работу, не имеют времени отстаивать очереди в поликлиниках, не располагают финансовыми средствами для лечения в стационаре. Большинство же, декларируя необходимость ответственности человека за свое здоровье, на практике предпочитают обходиться традиционными методами самолечения. И в этом случае исследование обнаруживает значительную дистанцию между осознанием необходимости менять устоявшиеся стереотипы поведения и повседневной практикой, зачастую рассчитанной на все тот же русский «авось».

Проблемы самолечения тесно увязаны с так называемым альтернативным лечением. Традиционно в российском обществе к альтернативным методам лечения относили народную медицину. Это в первую очередь способы излечения от различных заболеваний с помощью рецептов и процедур, передаваемых из века в век и апробированных на многих поколениях людей. К ним относится лечение немедикаментозными средствами: различные настои и отвары смол, трав и других лечебных растений. Употребление натуральных продуктов - мед, лимоны, малина, черника и многое другое. Различные прогревания с солью, горчицей, глиной и т.д. Массаж и растирания с помощью нутряного сала или специально приготовленных мазей по старинным рецептам. Также народную медицину представляют в обыденном сознании людей всякие народные целители, так называемые "бабки", "шаманы", которые снимают "сглаз", "порчу" и помогают диагностировать болезнь и излечиться заговорами и зельями в тех случаях, когда медицина бессильна.

Сама по себе народная медицина, вобравшая многовековой опыт лечения доступными, «подручными» средствами, признанная современной медициной, не противоречит ответственному отношению человека к своему здоровью. Проблема в том, что этими средствами пользуются, как правило, понаслышке, пытаются лечить ими и те болезни, которые появились относительно недавно.

С другой стороны, респонденты часто оправдывали самолечение дефицитом времени, но с избытком тратят его на различного рода «знахарок», упуская при этом (иногда безнадежно упуская) возможность своевременного эффективного профессионального лечения.

В последние десятилетия в российском обществе официальное признание получили такие явления как восточная медицина и экстрасенсорика. В начале 90-ых годов на государственном телевидении проводили свои сеансы лечения населения экстрасенсы Кашпировский, Чумак. Армия их последователей предлагает свои услуги населению во всех уголках страны. И в Самарской и в Архангельской областях

существует множество оздоровительных центров, предлагающих диагностику и лечение по восточной методике или с помощью экстрасенсов.

Среди наших респондентов каждый пятый высказал отрицательное отношение к нетрадиционной медицине в целом. Эти мужчины и женщины с разным уровнем образования достаточно категоричны в своих высказываниях. "Знахарства не признаю". "В экстрасенсов однозначно не верю". "Это все шарлатанство".

Пятая часть проинтервьюированных людей не приемлет "бабок" и "экстрасенсов", но активно применяют в своей жизни средства народной медицины. Чаще всего они практикуют их использование в целях профилактики и самолечения.

Некоторые из респондентов не смогли однозначно определить свое отношение к нетрадиционной медицине. Двойственное отношение - "ну и верю, но и недоверие какое-то есть...", "...сама не обращалась ни разу, не знаю верить или не верить, ведь знакомой помогло..." Небольшая часть людей воздержалась от оценочных суждений, сказав, что они не сталкивались в своей жизни с нетрадиционной медициной.

Почти треть опрошенных рассказала о случаях обращения к знахарям, "бабкам", экстрасенсам. Большинство этих людей говорили об эффективности такого лечения и его пользе. Приведем в качестве примера несколько иллюстраций позитивного отношения людей к результатам нетрадиционного лечения. Несколько мужчин таким образом избавили от пристрастия к алкоголю. У детей вылечивали пупочные грыжи. Женщине, отказавшейся от операции позвоночника, помогла знахарка - "она поставила меня на ноги, дала вторую жизнь". Мужчину после безуспешного лечения в стационаре "бабка" путем заговора и мази избавила от кожного заболевания.

Треть респондентов, которые обращались к представителям нетрадиционной медицины, не удовлетворены результатами лечения. "Знахарка поколдовала, заговаривала, но эффекта никакого я не увидела". "Результатом остался не доволен, так как лечение никак не помогло".

Несколько опрошенных высказали интересные суждения по поводу того, что при обращении людей к нетрадиционной медицине очень многое зависит от самовнушения. В частности, один из респондентов, который сам не верит целителям, говорит о визитах своей матери к ним: "ну, пусть ходит, для нее это психотерапия - если верит, то не вредно".

Таким образом, отношение наших респондентов к самой нетрадиционной медицине и ее представителям нельзя назвать однозначным, да и трудно было бы ожидать сегодня другого отношения к ней. Фактически низкий уровень ответственности за свое здоровье, отсутствие профилактики заболеваний, несвоевременное, запаздывающее лечение зачастую оборачивается тем, что болезнь оказывается запущенной. И в этой ситуации «все средства оказываются хороши». Оказавшись перед реальной угрозой не только здоровью, но и самой жизни, в условиях сильного стресса, человек, не привыкший рационально относиться к своему здоровью, хочет и ждет «чуда». Воспроизведению таких настроений во многом способствует снижение уровня и качества предоставляемых медицинских услуг – одно из следствий негативных изменений системы здравоохранения за последние десятилетия.