



УДК 159.9:616.89:616-02

ЗДОРОВ'Я – ХВОРОБА: ПОЛЮСИ КОНТИНУУМУ ЛЮДСЬКОГО БУТТЯ

Шевченко Н.Ф., д. психол. н., професор,
завідувач кафедри педагогіки та психології освітньої діяльності
Запорізький національний університет

У статті представлено сутність понять «здоров'я» і «хвороба» як полюсів континууму людського буття. Обґрунтовано труднощі однозначного визначення цих термінів. Подано спроби їх осмислення як діалектичних взаємодоповнюючих понять, які характеризуються складністю та постійною трансформацією поглядів на них.

Ключові слова: здоров'я, стан здоров'я, рівні вимірювання здоров'я, захворювання, моделі хвороби, хвороба.

В статтю представлена сутність понять «здоровье» и «болезнь» как полюсов континуума человеческого существования. Обоснованы трудности однозначного определения этих терминов. Изложены попытки их осмысления как диалектических взаимодополняющих понятий, характеризующиеся сложностью и постоянной трансформацией взглядов на них.

Ключевые слова: здоровье, состояние здоровья, уровни измерения здоровья, заболевание, болезнь, модели болезни.

Shevchenko N.F. HEALTH – DISEASE: POLES OF HUMAN EXISTENCE CONTINUUM

The essence of the notions «health» and «illness» as poles of the continuum of human existence has been presented in the article. The difficulties of unambiguous definition of these terms have been substantiated. The attempts of their understanding as dialectical complementary concepts, characterized by the complexity and constant transformation of their views on them, have been outlined.

Key words: health, health status, levels of health measurement, disease, models of the disease.

Постановка проблеми. Аналіз вітчизняної і зарубіжної літератури показує, що категорії «здоров'я» і «хвороба» привертають увагу вчених багатьох галузей науки і практики: медиків, психологів, педагогів, соціологів та ін. Пропонуються різні підходи до їх розуміння. Труднощі визначення цих понять полягають у тому, що будь-які уявлення про здоров'я і хворобу завжди відносні, історичні, вони являють собою продукт наукового дискурсу, що домінує в конкретному чи професійному суспільстві. Іншими словами, під час осмислення понять здоров'я і хвороби завжди потрібно враховувати фактор їхньої соціокультурної детермінації.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Якщо дотримуватися уявлення про людську природу як про принципово незамкнуте буття, то дати точне визначення поняттю «здоров'я» майже неможливо. Водночас існує цілий ряд визначень загального характеру. Найраніше з них, згідно з вивченням К. Ясперса, є визначення Алкмеона, яке має своїх прибічників аж до сьогоднішнього дня – здоров'я є гармонією протилежно спрямованих сил. Цицерон трактував здоров'я як правильне співвідношення різних душевних станів. Стоїки та епікурейці протиставляли здоров'я ентузіазму, прагненню до всього надмірного і небезпечного. Епікурейці вва-

жали, що здоров'я – це повний достаток за умови помірного задоволення всіх потреб. Стоїки сприймали всяку пристрасть, всякий прояв відчуття як хворобу; їхнє вчення про моральність значною мірою було різновидом терапії, націленої на знищення душевних хвороб і встановлення здорової атараксії [13].

З початку XIX століття, коли психіатрія відділилася від медицини та почалося широке використання психотерапевтичної практики, вивчення змістового наповнення поняття «здоров'я» набуло більш наукового підходу.

Постановка завдання. Метою статті є розкриття сутності і співвідношення понять «здоров'я» і «хвороба» як полюсів континууму людського буття.

Виклад основного матеріалу дослідження. Здоров'я і хвороба є формами життя з усіма притаманними їм різноманітностями. Основною характеристикою здоров'я є можливість пристосування організму до змін навколишнього середовища. Однак адаптація організму до шкідливих дій на нього не є безмежною. Стан здоров'я може переходити у передпатологічний. Якщо організм справляється з ним, то здоров'я відновлюється. В тому випадку, якщо пристосувальні та захисні сили організму виявляються недостатніми, його функції порушуються, і виникає хвороба.

Почнемо з розгляду тлумачень поняття «здоров'я». У найширшому розумінні здоров'я – це стан живого організму, при якому організм у цілому і всі органи здатні виконувати свої життєві функції. У тлумачному словнику В. Даля читаємо: «Здоров'я – стан <...> тіла, коли всі життєві відправлення йдуть у повному порядку; відсутність недуги, хвороби. Синонімічні слова – здоровий (здоровий розум, думка, смисл); розсудливий, здоровоносний – тобто такий, що дарує, приносить здоров'я тілу або душі» [2, с. 675-676].

Співзвучне визначення поняттю «здоров'я» дає словник з клінічної психології: «Здоров'я – це стан цілепокладаючої життєдіяльності, яка відтворює психофізіологічну потребу в добровільній напрузі» [5].

У Статуті Всесвітньої організації охорони здоров'я, прийнятому ще у 1946 році, зазначено, що здоров'я – це стан повного фізичного, духовного і соціального благополуччя, а не лише відсутність хвороб і фізичних недоліків [9]. Таке визначення здоров'я націлює практику на позитивні цілі – культивування здоров'я, а не лише на боротьбу з хворобами. Водночас, як вказують науковці, це визначення в узагальненому вигляді є обмеженим, оскільки воно різко протиставляє здоров'я і хворобу і перебільшено оцінює здоров'я. Існують обґрунтовані підстави вважати, що здоров'я може розглядатись і як здатність переносити травми, фізичні недоліки та наближення смерті і успішно інтегрувати все це в своє життя [12].

Здоров'я як феномен, який обумовлений сучасними культурними дискурсами, виступає як явище соціального буття. Впродовж століть змінювалося розуміння людиною себе крізь призму здоров'я. Зміна соціальних умов життя і вимог суспільства до здоров'я обумовлюють зміни уявлень окремих людей про здоров'я, про узгодження мети підтримки власного здоров'я з іншими життєвими цілями, хоча індивідуальний ідеал здоров'я може істотно розходитися із соціальною нормою.

Здоров'я окремої людини характеризується повнотою прояву життєвих сил, відчуттям життя, всебічністю соціальної активності і гармонійністю розвитку особи. Водночас поняття «здорова людина» вважається умовним, оскільки критерії здоров'я відрізняються в різних етнічних і соціальних групах і в різні періоди історії оцінювалося по-різному.

У енциклопедичному словнику медичних термінів «здоров'я» трактується як стан повного душевного, фізичного і соціального благополуччя, а не лише відсутність хвороб

і фізичних дефектів [3, с. 391]. Тобто, психологічний аспект здоров'я передбачає увагу до внутрішнього світу особистості: його впевненості в собі, в своїх силах, його самоактуалізації, розумінні ним власних інтересів, ставлення до людей і до життя. Разом із старими технологіями боротьби з хворобами (що не втратили і в наш час свої цінності) все більше робиться упор на нові, спрямовані на «вирощування» здоров'я. При цьому розуміється, що ідеальне здоров'я, або еталон – це гіпотетичний стан людини, всі складові якого відповідають деяким теоретичним критеріям, що не зустрічається в реальному житті; цей стан створює умови для повної адаптації людини до природної та соціальної дійсності, для самоактуалізації й самореалізації особистості, передбачає переживання нею благополуччя, комфорту і відповідає нульовій вірогідності хвороби. Отже, у поняття здоров'я вкладається ширший смисл, ніж відсутність хвороб, воно включає діяльнісні можливості людини, які дозволяють їй поліпшити своє життя, зробити його благополучнішим, досягти вищої міри самореалізації.

Розширюючи розуміння поняття здоров'я, звертаємось до словника з соціології. В ньому подано тлумачення поняттю «здоров'я населення», яке включає такі складові: стан, протилежний хворобі, повнота життєвих проявів людини; стан повного фізичного, духовного і соціального благополуччя, а не лише відсутність хвороб або фізичних дефектів; природний стан організму, який характеризується його врівноваженістю з довкіллям і відсутністю яких-небудь хворобливих змін; стан оптимальної життєдіяльності суб'єкта, наявність передумов і умов його всебічної і довготривалої активності в сферах соціальної практики; кількісно-якісну характеристику стану життєдіяльності людини і соціальної спільності [6].

Існує поняття «здоров'я загальне», яке означає стан оптимальної працездатності індивіда в сенсі ефективного виконання ролей і завдань, відповідних його соціальному статусу, і при якому тіло функціонує без перешкод при максимально допустимих навантаженнях, це – відчуття благополуччя, хороше самопочуття. Основними критеріями загального здоров'я виступають, по-перше, структурне і функціональне збереження органів і систем, по-друге, властива організму індивідуально висока пристосованість до змін у типовому для нього природному і соціальному середовищі, по-третє, збереження звичного самопочуття [5].

Б. Юдін зазначав, що в буденній свідомості поняття «здоров'я», як правило,



представлено синкретично, і в повсякденному застосуванні не завжди розрізняються ті складні множинні сенси, які складають його зміст. Він також наголошував на тому, що, по-перше, здоров'я може визначатися на основі як об'єктивних результатів аналізів і обстежень, так і суб'єктивних відчуттів самого індивіда або того, хто ставить діагноз. По-друге, здоров'я означає певну норму, тоді як хвороба – відхилення від норми, порушення належного порядку явищ. По-третє, здоров'я – це те, до чого має прагнути людина. Збереження, розвиток і реалізація людського потенціалу на сьогоднішній день починає розглядатися як головний орієнтир і водночас як найважливіший показник розвитку суспільства, що дає можливість віднести здоров'я людини до однієї з найважливіших складових людського потенціалу [12, с. 56].

Дещо схожої точки зору дотримується В. Розін, який є представником дискурсивного підходу і, визначаючи поняття «здоров'я», говорить про два рівні вимірювання здоров'я (соціальний та індивідуальний), які він співвідносить з двома основними дискурсами здоров'я – «медичний» і «духовно-екологічний» [8, с. 37]. Медичний дискурс – це не обов'язково розуміння здоров'я і хвороби в рамках наукової і сучасної медицини. До медичного дискурсу можна віднести анімістичне уявлення про хвороби та лікування. Цікавим є той факт, що анімістичне подання хвороби і сучасне, наукове розуміння містять схожі моменти – хвороба як відхилення від нормального стану. Духовно-екологічний дискурс – такий, в якому захворювання розглядається не як патологічне відхилення від нормального стану організму, а як «зміни в стані здоров'я здорового індивідуума» [8, с. 38].

С. Ніжніков, розглядаючи історико-філософські підходи до розуміння здоров'я, вказує на те, що різні типи світоглядів використовують абсолютно різні принципи, які неможливо співвіднести один з одним. Шлях здобуття здоров'я не є щось постійне і незмінне, він варіюється в залежності від світоглядних принципів. У свою чергу, ці принципи задаються основоположними метафізичними і релігійними установками культури. Цілісний світогляд можливий лише як підсумок розвитку людства. Отже, необхідність вироблення нового цілісного світогляду, заснованого на синтезі різних культур, вкрай важливо для формування істинних шляхів до повноцінного здоров'я [7, с. 23].

В медико-психологічній літературі також можна знайти чимало трактувань цього поняття. Хотілося б звернути увагу на заува-

ження П. Калью, який вказував на те, що одні автори трактують здоров'я як стан, другі як динамічний процес, а треті зовсім не звертають уваги на процесуальність здоров'я [4]. З огляду на попередній аналіз проблеми, на наш погляд, цей феномен необхідно розглядати саме як динамічний процес, а станом його можна характеризувати лише через аналіз показників кожного з його компонентів в певний проміжок часу.

Перейдемо до розгляду поняття «хвороба». Хвороба є патологічним процесом і пріоритетом медицини, її теоретичної та практичної сторони. Медицина займається саме хворою людиною, а не її здоров'ям. Вона виліковує людину, повертаючи їй здоров'я. Але, маючи конкретний предмет наукового пізнання (хвороба), медицина не може забезпечити досягнення високих показників здоров'я населення.

О. Васильєва і Ф. Філатов, аналізуючи проблему здоров'я, зазначали, що здоров'я і хвороба належать до тих діалектичних взаємодоповнюючих понять, які в принципі не можуть бути однозначно визначені, й їхня постійна переоцінка, осмислення призводить до становлення нового знання, до формування більш цілісного погляду на феномен людини [1, с. 13]. Між поняттями здоров'я і хвороби, таким чином, немає абсолютного розриву. Хоча поняття «здоров'я» є протилежним поняттю «хвороба», у своєму визначенні воно не має чітких меж, оскільки існують перехідні стани, коли фізично здорова людина має суб'єктивні коливання стану почуття, або коли у здоровому організмі не виключена наявність хворобливого початку, або ж, навпаки, за наявності тяжкого захворювання фізичний стан організму людини залишається задовільним упродовж певного періоду, і хвороба не проявляється. Отже, різні рівні адаптаційно-приспосувальних функцій організму людини до постійних умов зовнішнього середовища, що постійно змінюються, являють собою перехідні стани між здоров'ям і хворобою.

Не дивлячись на велику кількість робіт з проблеми хвороби, це поняття, так само як поняття здоров'я, до цього часу не є точно детермінованим.

Існують загальноприйняті концепції хвороби:

- хвороба як наслідок дії шкідливого чинника;
- хвороба як порушення рівноваги систем організму;
- хвороба як пристосування до стресу;
- хвороба як порушення тканин;
- хвороба як вада в управлінні функціональними системами організму.

Розвиток загальних уявлень про хворобу змінювався впродовж історії медицини. Гіппократ причиною хвороби вважав неправильне змішення чотирьох основних рідин організму: крові, слизу, жовчі жовтій і чорній (венозна кров). В кінці старої і на початку нової ери, а особливо в середні віки, з'явилися ідеалістичні погляди на вчення про хворобу, згідно з яким душа визначає боротьбу організму зі змінами, викликаними хворобою. Матеріалістичні погляди у середні віки розвивав Ібн Сина, який вважав, що хвороби виникають під впливом невидимих істот. У 17-19 століттях великий вклад у вчення про хворобу внесли Дж. Морганьї, який висловив думку про зв'язок хвороби з анатомічними змінами в органах, та К. Бернар, який вважав, що хвороба є порушенням фізіологічної рівноваги організму з середовищем [5].

У сучасній медицині хвороба традиційно тлумачиться як еволюційно сформований спосіб пристосування організму до змінних умов життєдіяльності, до того ж, цей важкий та суперечливий процес обумовлюється не тільки зовнішніми, але й внутрішніми, суб'єктивними чинниками.

Медична модель хвороби базується на таких основних положеннях: хвороба є певною дискретною сутністю, що породжується зовнішніми причинами; хвороба виражає себе у специфічних симптомах, які можуть бути зібрані в синдром, що підходить під певну нозологічну одиницю; тілесне страждання розуміється як природний стан, який суб'єкт зазнає пасивно. Уявлення про цілісність людини, яке вимагає необхідність урахування психологічних факторів, майже зовсім не вписується в таку схему. Клінічне розуміння хвороби як окремого об'єктивного «соматичного» даного, що існує поза суб'єктивністю свідомості, міцно укорінилося в буденних уявленнях.

У психологічній моделі хвороба розглядається, по-перше, як наслідок дисрегуляції на біологічному, психологічному та соціальному рівнях; по-друге, хвороба розуміється як криза. Саме в цьому сенсі хвороба є подією в житті, яка здатна змінити його до цього часу рівний плін, примусити людину по-новому поглянути на власне життя, його смисл і на саму себе; хвороба може викликати почуття втрати, провини і, як наслідок, особливу гостроту переживання цінності й суб'єктивної привабливості життя. Смертельно небезпечно захворювання якісно змінює всю соціальну ситуацію розвитку людини, змінює об'єктивне місце, що займає людина в житті, а також – її внутрішню позицію по відношенню до себе і життя в цілому.

Головним біологічним призначенням хвороби є мобілізація захисних та пристосувальних механізмів організму. При захворюванні діє одночасно фактор, що його викликає та захисна реакція організму. Хвороба – це боротьба факторів, що пошкоджують організм з його захисними силами. Боротьба, в якій захисні сили перемагають хворобу або тривалий час стримують розвиток патологічних процесів, чи капітують, тоді й хвороба розвивається поступово або катастрофічно швидко.

Першим, початковим етапом розвитку хвороби вважається ушкодження окремої клітини або групи клітин, тканини, що призводить у найпростішому виді до порушення клітинної структури. Кінцевим етапом хвороби є порушення психосоціальної рівноваги особистості в навколишньому середовищі, оскільки хвороба значною мірою впливає на особистість. Тобто, будь-яке захворювання з початку є анатомічно-фізіологічним та біологічним явищем, яке призводить до значної психічної напруги хворої людини. Саме тому ми вважаємо доцільним цілісний підхід до розуміння хвороби як внутрішньодинамічної системи, функціонування якої визначається широким діапазоном факторів – від генетичних до соціальних, які мають певний психотравмуючий вплив на особистість хворого. У разі наявності соматичного захворювання мова йде, насамперед, про біологічні, органічні порушення й патології, в той час, як у разі психічного або нервового захворювання наголос зрушується на бік патології у психічній сфері, хоча останні також можливі на базі органічної патології головного мозку та центральної нервової системи. Різниця між соматичним та нервово-психічним захворюванням полягає також у тому, що в разі соматичного захворювання, особливо тяжкого і хронічного, психотравмуюча ситуація призводить не до гострого психічного стресу, а до тривалих емоційних напружень.

Глибокий аналіз сталих типів інтерпретації феномену хвороби, які склалися в ході культурно-історичного розвитку систем знань і соціальних практик, що визначають характер оздоровлення та лікування людини, було зроблено Ф. Філатовим. Хвороба, на думку автора, може розглядатися в межах внутрішньої зони життєвого простору особистості, в такому разі має місце один із варіантів суб'єктивної інтерпретації. Це може бути антична модель, що пов'язує хворобу з непомірністю та непорядкованістю індивідуального способу життя, або демонологічне тлумачення хвороби як одержимість або метафізична інтерпретація, що прийнята у християнстві, де будь-яке захо-



рювання може розцінюватися як наслідок індивідуального гріха або віддзеркалення загальнолюдської гріховності. Хвороба, зазначав автор, може розглядатися в часовій перспективі як етап духовного становлення особистості та особистісного зростання. При цьому вона набуває позитивного значення. У неї з'являється власний прихований смисл, вона веде людину шляхом страждань до незвіданої мети її індивідуального розвитку. Таке розуміння, на думку автора, є теологічною інтерпретацією хвороби [10].

У логіці розвитку хвороби існують два боки: об'єктивний, який підпорядковується натуральним закономірностям, і суб'єктивний, який пов'язаний із закономірностями психічного і семіотичного. Тільки в абстрактній межі вони співпадають повністю. У реальності вони можуть мати значні розбіжності.

Повсякденне життя запевняє в тому, що люди схильні вдатися до різних варіантів пояснення своїх хвороб. Одні пов'язують їх з невпорядкованим способом життя, поганими вчинками, які слід подолати шляхом роботи над собою, посту, молитви. Інші схильні бачити у хворобі об'єктивне і закономірне явище, ремствують на вік, труднощі життя, чекають чудес медицини. Треті вдячні хворобі за надану можливість глибше пізнати себе, свої можливості.

Вивчення поняття «хвороба» виявило існування декількох міфів про природу хвороб, якими оперують сучасні пацієнти: біоенергетичний: усі мої хвороби від того, що хтось «вампіризує», «висмоктує» життєву енергію; магичний: хвороби від того, що хтось «навів псування», «наврочив»; сакральний (частіше християнський): усі мої хвороби за мої гріхи; кармічний: усі мої хвороби за мої гріхи в минулих життях «несу карму своєї грішної бабусі»; астрологічний: усі мої хвороби через те, що «так невдало розташувалися зірки наді мною»; психоаналітичний: а) усі мої хвороби через невдалі стосунки між мною і моїми батьками в ранньому дитинстві (З. Фрейд); б) усі мої хвороби через родову травму (В. Ранк), через невдале проходження «пренатальних матриць» (С. Гроф); в) усі мої хвороби через енграми (записані у несвідомій пам'яті моменти болю і дійсної чи вдоволеної загрози виживанню) (Р.Хаббард) [11].

Чи є поняття «здоров'я» і «хвороба» антонімами? На нашу думку, – ні, їхні стосунки є складнішими і багатозначнішими, хоча у патоцентрованій медицині вини дійсно є антонімами. Проте у міру переходу до уявлення про медицину-санологію їхнє співвідношення змінюється, вони перестають бути антонімами, принаймні – лише антонімами

і стають полюсами континууму «здоров'я» – «хвороба».

Отже, складність визначення понять «здоров'я» і «хвороба» зумовлена їхньою об'ємністю та багатогранністю, а також постійною трансформацією поглядів на ці проблеми, які варіюються в залежності від світоглядних принципів, особливостей культури об'єктивної зміни умов життя та ін. Вичерпні визначення здоров'я і хвороби залишаються справою майбутнього. Але на сьогодні можна відмітити, що здоров'я як індивідуальна норма є мірою відхилення від фізіологічної, статистичної та індивідуальної норм. Людина – суб'єкт цієї індивідуальної норми – так чи інакше знає, що таке здоров'я і співвідносить з цим свій актуальний стан. Людина вважає себе хворою лише тоді, коли її переживання свого стану не «вписуються» в її внутрішню картину здоров'я і, навпаки, уявлення про здоров'я можуть бути настільки широкими, що обіймають широке коло патологічних станів.

Висновки з проведеного дослідження. «Здоров'я» і «хвороба» належать до числа тих взаємодоповнюючих понять, які не можуть бути визначені однозначно, їхнє постійне осмислення, переоцінка ведуть до становлення нового знання, до формування більш цілісного погляду на феномен людини, вони є полюсами континууму людського буття. Здоров'я трактується як стан повного душевного, фізичного і соціального благополуччя, а не лише відсутність хвороб і фізичних дефектів. Хвороба є необхідним доповненням здоров'я, його тінню або його зворотною стороною, практично ніколи хвороба не сприймається сама по собі, вона завжди переживається в контексті життєвого шляху особистості, тобто в співвідношенні зі здоров'ям.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Васильева О.С. Психология здоровья человека / О.С. Васильева, Ф.Р. Филатов. – М.: Издательский центр «Академия», 2001. – 352 с.
2. Даль В.И. Толковый словарь живого великорусского языка: т. 1 / В. Даль. – М.: Русский язык, 1989. – С. 675-676.
3. Энциклопедический словарь медицинских терминов / ред. А.В. Петровский. – М.: Советская энциклопедия, 1982. – С. 391.
4. Калью П.И. Сущностная характеристика понятия «здоровье» и некоторые вопросы перестройки здравоохранения / Павел Иосифович Калью. – М.: Обзорная информация, 1988. – 158.
5. Клиническая психология: словарь / ред. Н.Д. Творогова. – М.: ПЕР СЭ, 2007. – 416 с.
6. Краткий словарь по социологии / ред. Ю.Г. Волков. – М.: Политиздат, 1989. – 160 с.



7. Нижников С. А. Пути обретения здоровья и мировоззрение / С.А. Нижников // *Философия здоровья* – М., 2001. – С. 5–24.
8. Розин В.М. Здоровье как философская и социально-психологическая проблема / В.М. Розин // *Мир психологи*. – 2000. – № 1. – С. 12–31.
9. Статут (Конституція) Всесвітньої організації охорони здоров'я ВООЗ від 22.07.1946 // Офіційний портал Верховної Ради України [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://zakon3.rada.gov.ua/laws/show/995_599.
10. Филатов Ф.Р. Феномен болезни в различных системах знания: конфликт интерпретаций / Ф.Р. Филатов // *Московский психотерапевтический журнал*. – 2002. – № 2. – С. 5-33.
11. Шевченко Н.Ф. Психологічна допомога в кризових та екстремальних ситуаціях Навчальний посібник. – Запоріжжя, Вид-во: Запорізький національний університет, 2013. – 184 с.
12. Юдин Б. Г. Здоровье человека как проблема гуманитарного знания. / Б. Г. Юдин // *Философия здоровья* / отв. ред. А. Т. Шаталов ; ИФ РАН. – М., 2001. – С. 61–86.
13. Ясперс К. Общая психопатология / К. Ясперс; пер. с нем. Л.О. Акопяна. – М.: Практика, 1997. – 1053 с.