

© Е.А. ЮГОВА

*eaugova@mail.ru*

УДК 37:001.32;37:005.745

## **К ВОПРОСУ ОБ ИСТОРИИ РАЗВИТИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ В РОССИИ**

*АННОТАЦИЯ.* Рассматривается исторический аспект проблемы сохранения здоровья и формирования здорового образа жизни российского населения. Описаны основные виды санитарной и гигиенической пропаганды XVII-XVIII веков. Особое внимание уделено распространению просветительской работы и возникновению занятий учебно-воспитательного характера.

*SUMMARY.* The article considers the historical aspect of health saving and health forming problem in Russia. The author describes the main types of sanitary and hygienic information and education in the XVII and XVIII centuries and emphasizes the dissemination of educational work and the beginning of public lectures on healthy lifestyle promotion.

*КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА.* Здоровый образ жизни, просветительская работа.

*KEY WORDS.* Healthy life-style, healthy lifestyle promotion.

Современные исследования вопросов, связанных с формированием здорового образа жизни и внедрением в практику работы педагогических коллективов здоровьесберегающих технологий имеют достаточно интересную историческую базу. Задолго до появления термина «здоровьесбережение» в России имела место тема санитарной и гигиенической пропаганды, интересовавшая не только врачей и других медицинских работников, но и многих ученых других областей знаний, купцов, промышленников, известных писателей. Интерес к вопросам сохранения здоровья определялся не столько любознательностью, сколько практической потребностью: недостаточное количество врачей заставляло людей, не имеющих медицинского образования, оказывать помощь при болезнях, повреждениях, отравлениях и т.д.

На рубеже XVII и XVIII столетий в России произошли изменения, охватившие все стороны экономической, политической и культурной жизни. Они привели к преобразованиям, вошедшим в историю под именем Петровских реформ. Стремление к повышению доходности помещичьего сельского хозяйства производительности появившейся промышленности привело к необходимости заботиться о рабочих. Это привлекало в свою очередь внимание к вопросу о сохранении и увеличении численности населения. Многочисленные войны, которые вела Россия, обуславливали потребность в здоровых и боеспособных рекрутах для армии. Кроме этого, в противоречии с неотложными экономическими потребностями дворянской империи находилась высокая смертность населения, особенно детская. Таким образом, проблема «сохранения и размножения народа российского», как определил ее в 1761 г. М.В. Ломоносов, приобретала первостепенное значение.

Необходимость разрешить эту проблему обусловила проведение ряда государственных мероприятий, в определенной степени улучшавших систему медицинской помощи населению. Одним из основных средств в борьбе за здоровье населения было распространение медицинских знаний. Оно явилось одним из звеньев той естественно-научной пропаганды, которая возникла и развивалась в России, начиная уже с первой четверти XVIII века. Академия наук, созданная по инициативе и при ближайшем участии Петра I, должна была, по замыслу ее создателя, не только науки «производить», но и «оние распространять». Сразу же после возникновения Академии при ней были организованы публичные лекции.

Изначально, когда академиками были только иностранцы, не знавшие русского языка и читавшие по латыни, практическая ценность этих лекций была незначительна. В дальнейшем, особенно с началом деятельности великого русского ученого М. В. Ломоносова, с появлением русских академиков их лекции стали источником распространения естественно-научных знаний. Такую же роль выполняла и печать, возникшая и очень быстро развивавшаяся в России в начале XVIII века.

В общей цепи естественно-научной пропаганды в России XVIII в. большое место занимало сообщение сведений об устройстве и деятельности человеческого тела, о болезнях и мерах борьбы с ними, о правильном, здоровом образе жизни — «диететике», по выражению того времени. Потребность в этих сведениях ощущалась многими образованными людьми и нашла свое отражение в том интересе, который они проявляли к анатомии, физиологии и медицине. Уже на исходе XVII и в начале XVIII века ни один из русских путешественников, ездивших в Западную Европу, не упускал возможности, наряду с прочими достопримечательностями, посетить и «анатомию», т. е. анатомический театр, побывать в госпиталях и лазаретах.

А.Т. Болотов, помещик, агроном, ученый и писатель, автор множества сочинений и известных воспоминаний, издавая журнал для помещиков, отводил в нем значительное место медицинским вопросам. Он, по его словам, «имел неоднократно случай приметить, что многим из читателей сии материи были еще угоднее, нежели самые существительно экономические» [1].

Этот интерес к вопросам медицины определялся не столько любознательностью, сколько практической потребностью: недостаточное количество врачей заставляло людей, не имевших медицинского образования, оказывать помощь при болезнях, повреждениях, отравлениях и т. д.

Поэтому мысль о важности распространения основных медицинских знаний, о необходимости выпуска для населения книг по медицинским вопросам ясно звучит в высказываниях ряда русских деятелей XVIII века. Одними (к ним принадлежали передовые русские ученые и врачи) руководила профессиональная и научная деятельность; другими (помещиками) забота о своей выгоде, о сохранении рабочих рук.

М.В. Ломоносов в своем известном письме И.И. Шувалову, намечая основные мероприятия для «размножения и сохранения народа российского», называл среди них сочинение и издание популярной книжки о повивальном искусстве и лечении детских болезней, с тем, чтобы эту «книжку, напечатав в довольном множестве, распродать во все государство по всем церквам, что-

---

бы священники и грамотные люди, читая, могли сами знать и других наставлением пользоваться» [2].

Академик-врач И.И. Лепехин также считал необходимым «снабдить сельских жителей кратким и простым наставлением, каким образом поступать в главнейших и обыкновенных болезнях... Не великий из того произойдет убыток, когда отдаленные места такими наставлениями снабдены будут даром...» [3].

Известный публицист-просветитель Н.И. Новиков считал чрезвычайно желательным, «чтобы какой-нибудь ученый и человеколюбивый муж восхотел на нашем языке сочинить такую книгу, которая бы имела предметом физическое и нравственное благо поселян наших; можно почти ручаться за великое удовольствие, с каковым принято будет такое творение от всех патриотов» [4].

Приходилось думать о распространении некоторых санитарных знаний и помещикам. Ими руководили в данном случае побуждения экономического порядка. Болезни и смерть крепостных помещики рассматривали как источник убытка, падения прибыльности своего хозяйства.

Содержание врача для крестьян, как правило, было большой роскошью, врачей также было недостаточно. Поэтому они пытались решить вопрос более простым способом: возложить заботу о здоровье крестьян на своих приказчиков или на самих же крестьян. Упомянутый уже нами Болотов, на практике сталкивавшийся с необходимостью в деревне часто обходиться без помощи врача, предлагал снабдить сельских «домостроителей» «кратким и простейшим описанием всех таковых неопасных болезней, коим они сами всегда помогать могут» [5].

Князь М.М. Щербатов, реакционер и типичный крепостник, тем не менее, тоже считал нужным через депутата Нарышкина предложить сочинение проекта нового уложения (1767 г.), чтобы «от искусных докторов были выданы краткие книги описания некоторых болезней и простейших лекарств, которые бы ...к священникам были разосланы...» [6].

Потребность в распространении медицинских знаний особенно сказывалась в связи с частыми эпидемиями. Д.С. Самойлович в своем наставлении, «как подобает медицинскому чину поступить» при прибытии его в селение, пораженное эпидемией чумы, требует, чтобы врач в беседах с населением всех «наставлял» «разумнейшими истолкованиями своими ко всему сему, от науки своей врачебной заемлемыми» [7]. Комиссия, образованная в Москве во время «моровой язвы» в 1771 г., «за первейший долг» свой «почитала, чтобы прежде всего, народу дать хотя краткое, но ясное наставление, каким образом всякий житель сам себя от моровой язвы предохранить и пользоваться может». Такое «наставление», действительно, было сочинено и представлено сенату для печатания и обнародования.

Среди лиц, выступавших с санитарной пропагандой, встречаются врачи-академики — И.И. Лепехин, Н.Я. Озерецковский, профессора С.Г. Зыбелин, М.М. Тереховекий, П.Д. Вениаминов, И.И. Рост, И.Х. Керстенс, врачи-ученые — Д.С. Самойлович, К.О. Ягельский, А.Ф. Шафонский, Х. Пекен, Г. Орреус и ряд других.

Санитарное просвещение в XVIII в. использовало как живое слово, так и литературу. Чаще всего просвещение народонаселения осуществлялось через периодическую печать (месяцесловы), содержавшие рекомендации по сохранению и укреплению здоровья.

---

Во второй половине XVIII в. в месяцесловах появляются статьи научно-популярного содержания. В ряде статей сообщаются сведения по анатомии и физиологии. Много статей было посвящено вопросам гигиены.

Начиная с 1780 г. из месяцесловов исчезают переводные статьи по медицине; авторами всех статей являются русские академики — И.И. Лепехин, Н.Я. Озерецковский, Н.П. Соколов, В.Л. Крафт, П.С. Паллас.

«Месяцесловы с наставлениями» пользовались большой популярностью. Их издание прекратилось лишь в 1786 году.

Статьи, которые были напечатаны в месяцесловах, не утратили своего значения, и после прекращения выхода месяцесловов со статьями научно-популярного характера академик-врач Н.Я. Озерецковский осуществил издание «Собрания сочинений, выбранных из Месяцесловов» в 10 частях с 1785 по 1793 год.

Наибольший интерес представляет статья «О сохранении здравия» (1741 г., №№ 80-83), подписанная инициалами Л.К. Буква К означала автора — академика Крафта, а буква Л — переводчика. Этим переводчиком был ни кто иной, как великий Ломоносов, тогда адъютант Академии.

В этой статье подчеркивается, что «несравненно легче настоящее здравие соблюсти, нежели потерянное возвратить», и даются гигиенические советы, исходившие из представлений той эпохи, в общем актуальные и в наши дни.

Несмотря на популярность этих статей, они были достаточно краткие по объему информации и выпускались сравнительно редко. Поэтому в 1754 г. по инициативе М.В. Ломоносова был создан журнал «Ежемесячные сочинения, к пользе и увеселению служащие». Журнал издавался Академией наук с 1755 по 1764 г. включительно. За 10 лет существования журнала в 120 выпусках содержалось 60 статей и заметок, касающихся вопросов медицины и сохранения здоровья. Ряд статей содержит прогрессивные взгляды в вопросах физического воспитания.

В конце XVIII века появляется уже достаточно большое количество периодических изданий, которые занимаются популяризацией знаний, касающихся поддержания здоровья населения России. К ним относятся «Санкт-петербургское еженедельное сочинение», «Санкт-петербургский вестник», «Библиотека ученая, экономическая, нравоучительная и увеселительная, в пользу и удовольствие всякого звания читателя» (Тобольск), «Московские ведомости», «Прибавление к Московским ведомостям» и т.д. Ряд статей в этих изданиях посвящен физическому воспитанию и гигиене детей.

В продолжение тематики гигиенического и физического воспитания начинает издаваться назидательный детский журнал «Детское чтение для сердца и разума», а также книги учебно-воспитательного характера: выпущенное еще при Петре I, впоследствии неоднократно переизданное, руководство для юношества «Юности честное зеркало», книга «О должностях человека и гражданина». Множество профилактических сведений содержали и словари того времени. В частности, вышедший в 1795 г. в Москве двухтомный словарь «Словарь натурально-го волшебства», который содержал 80 статей на медицинские темы.

Очень ценными для сочинений XVIII в. были труды выдающегося русского педагога И.И. Бецкого. Особый интерес представляет «Краткое наставление, выбранное из лучших авторов с некоторыми физическими примечаниями о

---

воспитании детей, от рождения их до юношества». Эти «физические примечания» разделялись на главы, содержавшие указания о физическом воспитании детей различного возраста: младенцев; от года («по отнятии от груди») до пяти-шести лет; от пяти до десяти и от десяти до пятнадцати лет.

Бецкой исходил из идеи о развитии естественных потребностей детей и о их закаливании. Детей в возрасте от пяти до десяти лет он рекомендовал постепенно приучать «к снесению стужи, влаги и непостоянной погоды». Следует «приучать детские ноги к холоду, дабы через то не так чувствительны были к мокроте и стуже». Детским «забавам препятствовать отнюдь не должно, и не только не принуждать детей быть в покое против их склонности, но надобно вымышлять и изыскивать переменное упражнение их телу и духу».

Исключительно большое внимание уделял физическому воспитанию детей Н.И. Новиков. На страницах издававшихся им «Прибавлений к Московским Ведомостям» имелась статья «О воспитании и наставлении детей»

Эту статью специалисты по истории педагогики считают «лучшим педагогическим сочинением в России конца XVIII века». Она, несомненно, оригинальна и, по мнению некоторых исследователей (Незеленов, Медынский, Конюс), принадлежит самому Новикову. Автор ее следует передовой для того времени идее о важной роли воспитания в формировании личности человека, в создании тех «добрых нравов», от которых зависит «процветание государства и благополучие народа». Законодательство, религия, «благочиние», науки и искусства лишь «споспешествуют» защите нравов. «Единое воспитание есть подлинной творец добрых нравов» [8]. Очень большое значение автор придает физическому воспитанию, которое считает «первой главной частью воспитания». Под физическим воспитанием он понимает «попечение о теле», или заботу о том, чтобы дети имели «здоровое и крепкое сложение тела», А первой и главной она является потому, что «образование тела и тогда уже нужно, когда иное образование не имеет еще места» [9]. Автор статьи призывает к грудному вскармливанию младенцев. Если мать не может кормить сама, следует приискать «добрую кормилицу». Если же и кормилицы нет, то наилучшей пищей для маленьких детей является разбавленное молоко от здоровой коровы. Кормя при этом корову лекарственными травами, можно «сделать молоко лекарственным». Молоко полезно детям до трех лет. После этого возраста ребенку нужна пища твердая, требующая разжевывания. С шести лет детям разрешается есть все, кроме острых приправ. Особо отмечается вред вина, водки, пива, кофе и шоколада. Далее автор останавливается на уходе за младенцами, возражает против пеленания, укачивания. Очень подробно разбираются требования к одежде детей старшего возраста, указывается вред тесной и слишком теплой одежды, вред шнуровки и высоких каблуков. Особое внимание уделено воспитанию моторики у детей.

В России в XVIII в. существовал также свободный вид популяризации медицинских знаний и здорового образа жизни — публичные выступления профессоров Московского университета. Наиболее известными являются выступления профессора медицинского факультета — С.Г. Зыбелина и профессора кафедры физики И.И. Роста.

Таким образом, уже в XVIII столетии в России имело место распространение естественно-научных знаний, касающихся пропаганды гигиенических аспектов, здорового образа жизни и укрепления здоровья населения России.

---

Современные основы концепции здоровьесбережения в России были заложены в 1904 г., когда съезд российских врачей обратил внимание на ряд «вредных влияний со стороны школы на состояние здоровья и физическое развитие учащихся. Причем, несмотря на многочисленные попытки модернизировать школу на разных этапах истории нашего государства, основы этой концепции практически не менялись, а значит, поставленные задачи по сохранению здоровья подрастающего поколения не были выполнены.

Страсбургская конференция 1990 г. решением Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) и Европейского экономического сообщества (ЕЭС) одобрила создание так называемых «школ здоровья» для реализации разработанной в середине 1980-х гг. новой, более расширенной, модели здоровьесбережения. В нее вошли служба питания с расширенным ассортиментом здоровой пищи; проведение мероприятий по физическому воспитанию подрастающего поколения и «служба здоровья персонала школы» с привлечением родителей и помощи широкой общественности.

Очевидно, что для реализации предложенной модели на современном этапе необходимы грамотные специалисты, прежде всего в системе образования. Соответственно перед ними стоит основная задача — сформировать у выпускников педагогических вузов готовность к здоровьесберегающей деятельности и, что немаловажно, создать современную систему оценки сформированности здоровьесберегающей компетенции у студентов.

#### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Экономический магазин. 1782. Ч. X. С. 3.
2. Ломоносов М.В. Избранные философские сочинения. М.: Госполитиздат, МГУ им. М.Ломоносова, 1950. 759 с.
3. Дневные записки путешествия Ивана Лепехина. СПб.: При имп. Акад. наук, 1780. Ч. II. С. 411-412.
4. Детское чтение для сердца и разума. 1787. Ч. IX. С. 157.
5. Труды вольного экономического общества. 1773. Ч. 23. С. 61.
6. Щербатов М.М. Сочинения. СПб: При имп. Акад. Наук, 1767. Т I, С. 140.
7. Самойлович Д.С., Способ ко недопущению возникнуть смертоносной язве: избр. произведения. М.: Просвещение, 1949. С. 215.
8. Прибавление к Московским ведомостям. 1783. №2. С. 5.
9. Прибавление к Московским ведомостям. 1783. №6. С. 21.