

Научная сенсация

Эндрю Вайль

# Здравый смысл и лекарства



Издательство АСТ  
Москва

УДК 615.1  
ББК 52. 81  
В 14

Andrew Weil  
MIND OVER MEDS

Печатается с разрешения издательства  
LITTLE, BROWN AND COMPANY

*Все права защищены.*

*Ни одна часть данного издания не может быть воспроизведена или использована в какой-либо форме, включая электронную, фотокопирование, магнитную запись или иные способы хранения и воспроизведения информации, без предварительного письменного разрешения правообладателя.*

**Перевод с английского: Александр Анваер**

**Вайль, Эндрю.**

В14 Здравый смысл и лекарства / Э. Вайль. – Москва : Издательство АСТ, 2017. – 224 с. – (Научная сенсация).

ISBN 978-0-316-35297-0 (англ.)

ISBN 978-5-17-101033-1 (Издательство «АСТ»)

За последние 50 лет употребление лекарств увеличилось в 10 раз. В дополнение к десяткам медикаментов, которые мы принимаем для лечения серьезных заболеваний, мы ежедневно употребляем таблетки от головной боли, простуды, болей в мышцах и аллергии. Назовите любой симптом... и есть таблетка, чтобы его устранить!

Современные лекарства могут чудесным образом спасти нашу жизнь, и многие болезни требуют их использования. Но что происходит, когда наша зависимость от мощных фармацевтических препаратов ослепляет нас от рисков для здоровья? Болезненные побочные эффекты и зависимость распространены, а побочные реакции на лекарства занимают четвертое место в списке причин смерти.

Автор бестселлера доктор Эндрю Вайль предупреждает читателей о проблеме чрезмерной медицины и обозначает границы, когда необходимо лекарство, а когда нет. Вайль исследует вопрос «почему мы стали переусердствовать с лекарствами», доказывает, что таблетки не всегда являются лучшим вариантом лечения, и объясняет надежные, интегративные подходы к лечению распространенных заболеваний, таких как артериальная гипертензия, аллергия, депрессия и простуда. Эта книга для всех, кто болен и устал от лекарств.

УДК 615.1  
ББК 52. 81

ISBN 978-0-316-35297-0 (англ.)

ISBN 978-5-17-101033-1 (Издательство «АСТ»)

© 2017, by Andrew Weil, MD  
© ООО «Издательство АСТ», 2017

Книга о том, когда лекарства необходимы, когда альтер

# Содержание

Список авторов .....	5
Размышления о лекарствах .....	8
Глава 1. Антибиотики .....	25
Глава 2. Статины .....	39
Глава 3. Лекарства для лечения желудочно-пищеводного рефлюкса .....	51
Глава 4. Антигистаминные средства .....	65
Глава 5. Лекарства от простуды и гриппа .....	75
Глава 6. Снотворные средства .....	87
Глава 7. Стероиды .....	101
Глава 8. Нестероидные противовоспалительные средства (НПВС) .....	113
Глава 9. Психотропные лекарственные средства для взрослых .....	123
Глава 10. Применение психотропных лекарств у детей и подростков .....	135
Глава 11. Лекарственное лечение синдрома дефицита внимания и гиперактивности .....	149
Глава 12. Опиаты и лечение хронической боли .....	161
Глава 13. Лекарства для лечения артериальной гипертензии (гипотензивные средства) .....	175
Глава 14. Лекарства для лечения сахарного диабета .....	189
Глава 15. Лекарственное лечение остеопении и других предзаболеваний .....	201
Глава 16. Избыточное лекарственное лечение детей .....	213
Глава 17. Избыточное лекарственное лечение пожилых людей .....	223
Глава 18. Чрезмерная вера в лекарства: взгляд фармацевта .....	231
Послесловие .....	236
Благодарности .....	239

## Список авторов

Мнения, высказанные в этой книге, принадлежат исключительно

## Глава 7. Стероиды

Ниса Манек, дипломированный ревматолог и специалист по ин

руководит подготовкой специалистов по интегративной медицине в университете Висконсина.

**Глава 14. Лекарства для лечения сахарного диабета**

Дэниз Мильштейн, профессор кафедры клинической медици

## Размышления о лекарствах

### **Переизбыток лекарств: проблема и решение**

Перед нами в полный рост встала серьезная проблема. Все больше людей в мире принимают все больше и больше лекарств, и это вы



врач недавно сказала мне, что она устала быть «продавцом табле

диеты в качестве первого средства лечения могут оказаться удиви

зы, визуализацию, биологическую обратную связь, медитацию и другие методы, сберегающие время и деньги. Я часто направляю больных к специалистам по психосоматической медицине и на

торым также прибегают врачи-остеопаты, могут улучшать функцию органов пищеварения. Большинство врачей незнакомы с мануаль

после визита к врачу не получает рецепт на какое-либо лекарство, то он чувствует себя обманутым и идет к другому специалисту, в надежде, что тот выпишет ему какое-либо лекарство из тех, что рекламируют по телевизору. В последние годы коммерческая ре

ные и модифицированные лекарства полезны в лечении тяжелых и неотложных заболеваний, но мы применяем их во всех случаях, даже в легких. К несчастью, концентрация фармакологического начала неизбежно приводит и к повышению токсичности – эффек

Каждый год в Соединенных Штатах случаются сотни тысяч смер