

ровых людей не переносят молоко по ряду причин и этот процент увеличивается до 20 и более у больных, особенно с заболеваниями желудочно-кишечного тракта.

Данные литературы свидетельствуют о том, что молоко содержит по крайней мере 5 антигенных субстанций: лактоальбумин, лактоглобулин, казеин, липопротеид и смесь альбумозы и пептонов. Альтернативой применению молока может быть применение в качестве профилактики и лечения болезней минеральных вод. Они отвечают всем требованиям: не дают побочных эффектов, стимулируют процессы адаптогенеза, причем через активацию эндокринного систем разного уровня.

Наши исследования дают основание сделать вывод о целесообразности использования в качестве альтернативы молоку питьевых минеральных вод у детей старшего возраста как средства профилактики заболеваний и повышения резервов резистентности человека и против воздействия неблагоприятных факторов среды различного характера.

## **Секція профілактичних дисциплін**

### **ВОПРОСЫ ПРОФИЛАКТИКИ В КОРАНЕ**

Хашем Авад – студент 2 курса

Научный руководитель – проф. К. К. Васильев

Кафедра социальной медицины и организации здравоохранения

Коран – это священная книга, которую Аллах дал своему посланнику Мухаммаду, это постоянное чудо людям до конца мира. Можно сказать, что Коран – это Ислам, а Ислам – это Коран. Коран является законом, по которому каждый мусульманин



должен жить, содержит предписания, определяющие образ жизни и поведения мусульман.

Коран содержит ряд предписаний по профилактике заболеваний. Из самых важных примеров – это молитва (салат) и пост (саум), которые представляют собой две основы из пяти основ Ислама. Молитву совершает мусульманин каждый день по пять раз. Для этого необходимы чистота тела, чистота одежды и чистота места молитвы. Чистота тела достигается омовением: надо вымыть кисти, лицо, руки до локтевого сустава, затем ополоснуть водой волосы головы и в конце обмыть стопы (соответственно числу молитв). Не затрагивая духовный смысл молитвы, надо отметить, что во время неё двигаются многие суставы тела: верхних и нижних конечностей, позвоночника и соответствующие мышцы. Не говоря о духовной пользе поста, я буду говорить только о том, что касается нашей темы. Пост обязателен для всех совершеннолетних мусульман в течение месяца рамадан. Он заключается в полном отказе от еды, питья и любых удовольствий в светлое время суток. Освобождаются от поста, кроме детей, беременные и женщины, кормящие грудью, больные и старики, которым трудно поститься.

Ислам побуждает к чистоте: а) стричь ногти, б) очищать зубы, в) производить обрезание мальчиков, г) брить волосы в подмышечной впадине и на лобке, д) подмываться после мочеиспускания и дефекации.

Ислам запрещает непристойные дела (грехи): а) прелюбодеяние, б) употребление алкогольных напитков, в) есть свинину, г) мужчине надевать шелковые одежды и золотые вещи (кольца, часы и т.п.), а так же предписывает женщине (на улице и перед чужими мужчинами) ходить покрытой в длинные благопристойные одежды, а мужчине прятать тело от колена до пупка.

В докладе дается интерпретация гигиенических предписаний Корана с точки зрения современной медицины.