

Научная сенсация

Эндрю Вайль

# Здравый смысл и лекарства



Издательство АСТ  
Москва

Книга о том, когда лекарства необходимы, когда альтернативное лечение лучше, и когда лучше позволить организму самому справиться с болезнью

*Моим коллегам  
по интегративной медицине*

# 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 мне. Коллеги, перечисленные ниже, помогли мне собирать нужную информацию, относящуюся к различным классам лекарственных средств, которые обсуждаются на страницах книги.

### **Глава 1. Антибиотики**

Майя Шетрит-Клейн, невролог и невролог-педиатр, специалист по траволечению, натуралист и ботаник, городской фермер. Основатель и директор Почвенного института.

### **Глава 2. Статины**

Стивен Деврис, специалист по профилактической кардиологии, директор института интегративной кардиологии в Чикаго, образовательного некоммерческого учреждения, пропагандирующего здоровое питание и здоровый образ жизни.

### **Глава 3. Лекарства для лечения желудочно-пищеводного рефлюкса**

Джерард Маллин, второй профессор кафедры терапии в госпитале Джона Гопкинса, ученый с двадцатилетним научным и практическим стажем в области гастроэнтерологии.

Алиса Парян, ассистент профессора терапии в госпитале Джонса Гопкинса. Специалист по лечению воспалительных заболеваний кишечника.

### **Глава 4. Антигистаминные средства**

Рэнди Горвиц, терапевт, иммунолог, аллерголог, профессор Аризонского университета, директор Центра интегративной медицины при медицинском факультете Аризонского университета.

### **Глава 5. Лекарства от простуды и гриппа**

Рассел Х. Гринвилд, профессор кафедры клинической медицины университета Северной Каролины, консультант центра интегративной медицины.

### **Глава 6. Снотворные средства**

Рубен Найман, психолог, специалист по вопросам сна и сновидений. Профессор в центре интегративной медицины медицинского факультета Аризонского университета, директор отделения циркадных ритмов, где занимаются расстройствами сна.

### **Глава 7. Стероиды**

Ниса Манек, дипломированный ревматолог и специалист по интегративной медицине.

### **Глава 8. Нестероидные противовоспалительные средства (НПВС)**

Лейла Али-Акбарян, семейный врач и директор центра по уходу за онкологическими больными Аризонского университета. В практике руководствуется принципами интегративной медицины.

Патрисия Лебенсон, семейный врач и руководитель отдела резидентуры центра интегративной медицины Аризонского университета, консультант центра интегративной медицины в США, Тайване и Германии.

Мари Пикер, семейный врач и заместитель директора отдела резидентуры центра интегративной медицины Аризонского университета.

### **Глава 9. Психотропные лекарственные средства для взрослых**

Джингдуан Янг, психиатр, профессор психиатрии и руководитель отделения акупунктуры в университете Томаса Джефферсона в Филадельфии, преподаватель Центра интегративной медицины Аризонского университета. Основатель Института современного здравоохранения Дао.

### **Глава 11. Лекарственное лечение синдрома дефицита внимания и гиперактивности (СДВГ)**

Санфорд Ньюмарк, профессор кафедры педиатрии, руководитель Ошеровского центра интегративной медицины калифорнийского университета в Сан-Франциско.

### **Глава 12. Опиаты и лечение хронической боли**

Роберт Бонакдар, директор клиники лечения боли в центре интегративной медицины в Ла-Хофф (Калифорния), профессор кафедры клинической медицины Калифорнийского университета в Сан-Диего.

### **Глава 13. Лекарства для лечения артериальной гипертензии (гипотензивные средства)**

Джей Адам Риндфлиш, семейный врач, профессор кафедры семейной медицины и социальной гигиены университета штата Висконсин. Практикует интегративный подход к лечению пациентов,

руководит подготовкой специалистов по интегративной медицине в университете Висконсина.

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

Дэниз Мильштейн, профессор кафедры клинической медицины, руководитель программы интегративной медицины в клинике Мэйо в Фениксе (Аризона). Лектор Центра интегративной медицины Аризонского университета.

**Глава 15. Лекарственное лечение остеопении и других предзаболеваний**

Элизабет С. Смутс, семейный врач (Сиэтл), руководитель программы подготовки специалистов по практической профилактике заболеваний.

**Глава 16. Избыточное лекарственное лечение детей**

Хилари Макклафerti, педиатр, специалист по неотложной педиатрии и интегративной медицине. Профессор медицинского факультета Аризонского университета и руководитель программы интегративной медицины резидентуры Центра интегративной медицины того же университета, где она, кроме того, отвечает за подготовку аспирантов. Член Американской Педиатрической Академии, председатель секции интегративной медицины Академии.

**Глава 17. Избыточное лекарственное лечение пожилых людей**

Джулия Джернберг, окончила трехгодичные курсы по гериатрии в университете Висконсина. После окончания курсов работала на гериатрическом факультете Аризонского университета, а в настоящее время является директором гериатрической клиники в Таксоне.

**Глава 18. Чрезмерная вера в лекарства: взгляд фармацевта**

Ким Деродез, фармацевт, работает в Шарлотте (Северная Каролина). Имеет тридцатипятилетний опыт работы в больничных и розничных аптеках. Имеет сертификат по медицинскому менеджменту. Имеет подготовку в области лечебного использования трав, витаминов и пищевых добавок. Оказывает практическую помощь больным, оценивая их медикаментозное лечение, а также консультирует по вопросам оптимального приема пищевых добавок.

Ханг М (Эмели) Фам, окончила аспирантуру центра интегративной медицины Аризонского университета. В настоящее время работает фармацевтом в Эль-Кахоне (Калифорния).