

## Medycyna chińska dla każdego

Edward Kajdański

Wydawnictwo Literackie Kraków 2011, s. 322, ilustr., ISBN 978-83-08-04750-7

Mgr inż. Edward Kajdański urodził się w Harbinie /Chiny/, młodość spędził w Mandżurii. Studiował na Uniwersytecie Północnomandżurskim, Politechnice w Harbinie, a chińską farmację – na uczelni Towarzystwa Czerwonego Krzyża. W r. 1951 przyjechał do Polski, gdzie wykorzystywano go w handlu zagranicznym i w dyplomacji /ambasada w Pekinie i konsulát w Kantonie/. Napisał kilka książek o chińskiej medycynie i Michale Boymie, polskim jezuitcie, podróżniku badaczu, który był pierwszym Europejczykiem donoszącym o tradycyjnej chińskiej medycynie. Niektóre z książek autora zostały przetłumaczone na chiński. Pisał on również o dziejach wschodniochińskiej kolei oraz o historii, gospodarce i kulturze Chin. W jego dorobku znajdują się też powieści, opowiadania, reportaże i filmy.

Wprowadzenie przedstawia zarys dziejów starochińskiej medycyny i farmacji, podaje wybitnych lekarzy i dzieła, omawia teorie i klasyfikację chorób i leków. Szkicuje też promieniowanie tradycyjnej medycyny chińskiej do krajów sąsiednich i Europy i budzące się tu zainteresowania nią. Do Polski tradycyjna chińska medycyna wniknęła przez Gdańsk, a z naszego kraju do naszych sąsiadów. Autor wspomina o współczesnej akupunkturze w Polsce.

Drugi rozdział przypomina spotkania autora z chińską medycyną, z jej tokiem badania lekarskiego, wskazaniem odżywiania i kuchnią, akupunkturą i moksą, lekami roślinnymi i zwierzęcymi. Opisuje przemiany związane m.in. z „rewolucją kulturalną” i kontaktami z medycyną europejską. Rozdział trzeci omawia badanie lekarskie: oględziny zewnętrzne, ogląd języka /z wnioskami o stanie narządów wewnętrznych/, wysłuchiwanie efektów akustycznych /mowa, głos itd./, wywiad, palpacja, a szczególnie – studium tętna.

Rozdział o profilaktyce podaje klasyfikację chorób /przyczyny zewnętrzne, wewnętrzne ii./, zapobieganie chorobom, rolę wpływów psychicznych i emocji, ćwiczeń fizycznych i zdrowego stylu życia. W rozdziale o lekach uwzględniono klasyfikację według pięciu smaków i pięciu „natur” /od zimnej do gorącej/. W tekście o przyczynach chorób, zespołach objawów i leczeniu jest mowa o usuwaniu zespołów zewnętrznych, flegmy, kaszlu i astmy, zespołów wewnętrznych, „wiatru” i „wilgoci” /stany reumatyczne/, „wewnętrznego zimna” /choroby brzucha oraz o regulacji krążenia energii życiowej qi i krwi. Dalej o przywracaniu świadomości, uspakajaniu ducha shen, szoków i konwulsji, o uzupełnianiu niedoborów /qi, krwi, pierwiastków yin i yang/, wstrzymaniu odwodnienia oraz o pobudzaniu trawienia i wypróżnianiu.

Metody, wskazania, wyniki akupunktury, moksy, kauteryzacji i akupresury są tematem następnego wykładu. Temat ostatniego to znaczenie odżywiania dla zdrowia. Jako profilaktyki i leki są wymienione owoce, jagody, warzywa, przyprawy, orzechy, nasiona i owoce morza. W zakończeniu autor wyraża swój pogląd na filozofię chińskiej medycyny, diagnostykę i profilaktykę, wskazówki odżywiania i przyprawy. Podkreśla, że książka jest zbiorem wiadomości,

a nie przewodnikiem do samoleczenia się bez udziału lekarza. Piśmiennictwo zajmuje dwie strony, zestawienie leków prostych ponad 30, słownik terminów chińskich sześć. Arcyciekawe są różnobarwne ilustracje /63/, w tym autora rysunki roślin.

Na wysokie uznanie zasługuje zarówno strona merytoryczna treści, jak i szata edytorska. Świetny papier, jasna dyspozycja, wyraźna, zróżnicowana czcionka /pogrubiona, kursywa, ramki – wyróżniające fragmenty tekstu lub cytaty/. Półsztywna okładka ze skrzydełkami informującymi o autorze i jego książce.

Medycyna chińska służy nie tylko rzeszom azjatyckim, lecz także wielu osobom z innych regionów. Pomaga w zapobieganiu lub leczeniu chorób. Interesuje ona również naszą medycynę. Dlaczego książkę należy polecić wszystkim zainteresowanym dawną i współczesną chińską medycyną.

prof. Henryk Gaertner – Kraków