

Πτυχιακή εργασία: « Ο Ιπποκράτης *Περί αέρων, υδάτων, τόπων*. Η επίδραση του περιβάλλοντος στην υγεία των ανθρώπων»

Υπεύθυνος Καθηγητής: Γιώργος Παπαδόπουλος

Αριθμός Μητρώου :9986200900006

Φοιτήτρια: Κανέλλα Αχαμνού

Τμήμα: Μεθοδολογίας, Ιστορίας και Θεωρίας της Επιστήμης

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

Εισαγωγή.....	σ.σ 1- 2
Κεφάλαιο Πρώτο	σ.σ 3-6
Κεφάλαιο Δεύτερο.....	σ.σ 7- 9
Κεφάλαιο Τρίτο.....	σ.σ 10- 11
Συμπεράσματα.....	σ.12
Βιβλιογραφία.....	σ. 13

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Είναι αλήθεια ότι ζούμε σε μια εποχή όπου οι ρυθμοί ζωής εκτός από γρήγοροι είναι ταυτόχρονα και πιεστικοί. Το γεγονός αυτό, μπορεί να έχει αρνητική επίδραση στον άνθρωπο και ιδίως στην υγεία του. Όμως πέρα από τον τρόπο ζωής, σημαντικό ρόλο στην υγεία του παίζει και το περιβάλλον. Το περιβάλλον στο οποίο ζούμε θεωρείται υπεύθυνο για πολλές αρρώστιες που κάνουν την εμφάνισή τους κατά καιρούς και μαστίζουν τις διάφορες κοινωνίες. Ο γνωστός σε όλους μας Ιπποκράτης ή αλλιώς πατέρας της ιατρικής στο έργο του *Περί αέρων, υδάτων και τόπων* αναλύει ακριβώς αυτή την επίδραση που μπορεί να έχει το περιβάλλον στην ανθρώπινη υγεία. Στην παρούσα λοιπόν εργασία θα εστιάσουμε ακριβώς σε αυτήν την επίδραση με βάση το παραπάνω ιπποκρατικό έργο.

Πριν προχωρήσουμε στην ανάλυση του έργου είναι χρήσιμο να παραθέσουμε πρώτα κάποια στοιχεία τόσο για τον ίδιο τον συγγραφέα, όσο και για το *Περί αέρων, υδάτων και τόπων*. Ο Ιπποκράτης γεννήθηκε στην Κω το 460 π.Χ και πέθανε στη Λάρισα. Πατέρας του ήταν ο Ηρακλείδης και μητέρα του η Φαιναρέτη. Φοίτησε στην ιατρική σχολή της Κνίδου και στη συνέχεια της Κω. Η σχολή της Κω είναι ξακουστή και αυτό οφείλεται στον Ιπποκράτη ο οποίος θεωρείται ο κυριότερος εκπρόσωπός της. Πολλοί ήταν εκείνοι οι οποίοι επιχείρησαν να γράψουν για τον βίο του. Ανάμεσα τους ο πιο επιφανής ήταν ο Εφέσιος γιατρός Σωρανός. Για το πόσο σπουδαίος γιατρός υπήρξε ο Ιπποκράτης στην αρχαιότητα μας το επιβεβαιώνουν ο Πλάτωνας και ο Αριστοτέλης.¹

Το *Περί αέρων, υδάτων και τόπων* με το οποίο θα ασχοληθούμε συμπεριλαμβάνεται στην *Ιπποκρατική συλλογή*, η οποία αποτελείται από εξήντα έργα γραμμένα σε ιωνική διάλεκτο και καλύπτουν όλο το φάσμα των ιατρικών κλάδων. Για παράδειγμα, τον κλάδο της χειρουργικής, της παιδιατρικής, της γυναικολογίας, της ανατομίας κ.α. Ο Ιπποκράτης ασχολήθηκε με την συγγραφή αυτού του έργου προκειμένου να διευκολύνει το επίπονο έργο των γιατρών. Το έργο αποτελείται από δύο κεφάλαια, αλλά η παρούσα εργασία θα βασιστεί μόνο στο πρώτο. Στο πρώτο τμήμα (παράγραφοι ένα έως ένδεκα) εξετάζεται η επιρροή που ασκεί το κλίμα στους κατοίκους μιας περιοχής, ενώ στο δεύτερο οι γεωφυσικές διαφορές μεταξύ Ασίας και Ευρώπης και οι μορφολογικές διαφορές Ασιατών και Ευρωπαίων (παράγραφοι δώδεκα έως είκοσι τέσσερα). Ορισμένοι μελετητές υποστήριξαν ότι αυτός που έγραψε το πρώτο μέρος δεν ήταν ο ίδιος με αυτόν που έγραψε το δεύτερο και αυτό έγκειται στη διαφορά του ύφους των δύο μερών.² Το έργο αυτό θεωρείται ένα από τα

¹ Δ. Λυπουρλής, *Ιπποκρατική Ιατρική*, Θεσσαλονίκη: Παρατηρητής, 1983, σσ. 55-58

² Δ. Λυπουρλής, *Ιπποκρατική Ιατρική*, Θεσσαλονίκη: Παρατηρητής, 1983, σσ. 185-186

δημοφιλέστερα της *Ιπποκρατικής συλλογής*. Μέσα σε αυτό ο Ιπποκράτης με την πολύχρονη εμπειρία του καθώς και την προσωπική παρατήρηση παρουσιάζει τα αίτια που κατά τη δική του κρίση επηρεάζουν αρνητικά την ανθρώπινη υγεία. Τα αίτια αυτά θα μελετηθούν λεπτομερέστερα παρακάτω.

Στόχος του είναι να δια φωτίσει τους γιατρούς με ποιον τρόπο πρέπει να ενεργούν εάν θέλουν να φτάσουν σε μια «ορθή σύλληψη της ιατρικής». Με δεδομένο ότι οι γιατροί της αρχαιότητας επισκέπτονταν διάφορες πόλεις ευρισκόμενοι αντιμέτωποι με διαφορετικές ασθένειες και καιρικές συνθήκες, ο μεγάλος πατέρας της ιατρικής παρέχει έτσι έναν εύχρηστο οδηγό ιατρικών πληροφοριών, ο οποίος δίνει στον κάθε γιατρό τις απαραίτητες γνώσεις και εφόδια.

Η εργασία είναι δομημένη σε τρία κεφάλαια, ενώ στο τέλος παρατίθενται κάποια γενικά συμπεράσματα. Το πρώτο κεφάλαιο σχετίζεται με τους ανέμους και με τον τρόπο που αυτοί επηρεάζουν μια πόλη. Το δεύτερο κεφάλαιο αφορά στα ύδατα και το τρίτο στις εποχικές μεταβολές.

1.ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΠΡΩΤΟ: ΟΙ ΑΝΕΜΟΙ

Όπως αναφέρθηκε και προηγουμένως , η εργασία χωρίζεται σε τρία κεφάλαια. Στο πρώτο λοιπόν κεφάλαιο ο συγγραφέας μελετά τις κλιματολογικές συνθήκες της κάθε πόλης ανάλογα με τους ανέμους καθώς και τις επιπτώσεις που μπορεί να έχουν στους ανθρώπους.

Ξεκινώντας να διαβάσει κανείς το έργο παρατηρεί ότι αρχίζει με τον εξής τρόπο «αν επιθυμείς εμβαθύνοντας συνεχώς να φτάσεις σε μια ορθή σύλληψη της ιατρικής, οφείλεις να προχωρήσεις ως εξής: πρώτον οφείλεις να μελετήσεις το θέμα των εποχών του έτους ,να δεις τι είδους επιδράσεις έχει τη δύναμη να ασκή η καθεμιά τους. Γιατί οι εποχές του έτους δεν μοιάζουν καθόλου η μία με την άλλη αντίθετα, παρουσιάζουν μεγάλες διαφορές: α) είναι διαφορετικές καθ' αυτές β) διαφέρουν στον τρόπο με τον οποίο γίνεται το πέρασμα από τη μια στην άλλη». Αξίζει να σταθεί κανείς σ' αυτή τη φράση, διότι ο συγγραφέας από την αρχή κιόλας του έργου καθιστά σαφές ότι απευθύνεται σε επαγγελματίες γιατρούς με σκοπό να τους ενημερώσει για το επάγγελμα το οποίο έχουν επιλέξει να ασκήσουν. Θεωρεί ότι είναι χρέος κάθε συνετού γιατρού πριν προχωρήσει σε οποιαδήποτε πράξη να κάνει σωστή έρευνα, να αναζητά. Σχετικά τώρα με τον όρο «ορθώς», πριν την εμφάνιση των σοφιστών σήμαινε «η σωστή απόφαση». Έπειτα όμως σήμαινε «η ορθότητα του λόγου». Έτσι λοιπόν, με το «ορθώς ζητείν» ο συγγραφέας εννοεί ότι η αγωγή που θα δώσει ο γιατρός θα έχει επιτυχία εφόσον η μέθοδος με την οποία γίνεται βασίζεται στη λογική.³ Είναι απαραίτητο ακόμη ένας γιατρός να μελετά τις εποχές. Σύμφωνα με τον Γαληνό ο όρος μεταβολή έχει δύο διαφορετικές σημασίες. Η πρώτη σημασία έχει να κάνει με τις αλλαγές που φέρνει και αυτό γιατί η μετάβαση από τη μια εποχή στην άλλη φέρνει αλλαγές , αλλά και γιατί κατά τη διάρκεια κάθε εποχής σημειώνονται καιρικές μεταβολές.⁴ Πρέπει ακόμη να μελετά τους ανέμους και το νερό. Οι γιατροί στην αρχαιότητα έδιναν ιδιαίτερη προσοχή στο βάρος του νερού και θεωρούσαν ότι όσο πιο ελαφρύ είναι το νερό τόσο πιο γρήγορα μπορεί να ζεσταθεί ή να παγώσει.⁵ Με την άφιξη του σε μια πόλη ο γιατρός έχει χρέος να εξετάσει τη θέση της και ειδικότερα τον προσανατολισμό της σε σχέση με τους ανέμους αλλά και με την ανατολή του ηλίου. Συνάμα πρέπει να παρατηρήσει με προσοχή το νερό , το έδαφος καθώς και τον καθημερινό τρόπο ζωής των ανθρώπων. Εφόσον κάνει όλα τα παραπάνω ερχόμενος σε μια πόλη για πρώτη φορά θα ξέρει να προσδιορίσει ποιες αρρώστιες ταλανίζουν τους ανθρώπους εκεί καθώς και τον χαρακτήρα με τον οποίο παρουσιάζονται σ' αυτόν τον τόπο οι κοινές σε όλα τα μέρη αρρώστιες .Βέβαια, οι ασθένειες εκτός από τον προσανατολισμό των πόλεων και το κλίμα διαφέρουν και ανάλογα με το φύλο και την ηλικία όπως θα δούμε στη συνέχεια. Επομένως, ο κίνδυνος να κάνει λάθος διάγνωση θα ελαχιστοποιηθεί. Επίσης, θα έχει την ικανότητα να προβλέπει ποιες αρρώστιες είναι πιθανό να προσβάλλουν την κάθε

³ Δ. Λυπουρλής, *Ιπποκρατική ιατρική*, Θεσσαλονίκη: Παρατηρητής, 1983, σ.248

⁴ Δ. Λυπουρλής, *Ιπποκρατική ιατρική*, Θεσσαλονίκη: Παρατηρητής, 1983, σ.249

⁵ Δ. Λυπουρλής, *Ιπποκρατική ιατρική*, Θεσσαλονίκη: Παρατηρητής, 1983, σ.249

πόλη αλλά και κάθε άτομο ξεχωριστά.⁶ Στο σημείο αυτό να προσθέσουμε ότι εκεί που ο Λυπουρλής αναφέρει « τις κοινές σε όλα τα μέρη αρρώστιες» ο H.Diller στη θέση της λέξης «κοινών» προτείνει τη λέξη «κοιλιών». Ωστόσο, η λέξη «κοιλιών» δεν ταιριάζει με το γενικότερο νόημα της παραγράφου γι' αυτό δεχόμαστε τη λέξη «κοινών».⁷

Την ταξινόμηση των ασθενειών με βάση το γεωγραφικό προσανατολισμό των πόλεων που θα εξετάσουμε παρακάτω τη δέχονται και άλλοι ιπποκρατιστές γιατροί. Στο έργο αυτό και συγκεκριμένα στο πρώτο μέρος το οποίο μελετάμε καταγράφονται τέσσερις πιθανοί προσανατολισμοί κάθε πόλης. Ειδικότερα, μια πόλη η οποία είναι εκτεθειμένη σε θερμούς και υγρούς ανέμους οι οποίοι έρχονται από τον νότο , διαθέτει και νερά άφθονα τα οποία το καλοκαίρι είναι ζεστά ενώ το χειμώνα κρύα. Εξαιτίας αυτών των κλιματολογικών συνθηκών οι κάτοικοι μιας τέτοιας πόλης έχουν ένα κεφάλι υγρό , γεμάτο φλέγμα ,παρουσιάζουν διαταραχές στο πεπτικό τους σύστημα και στην όψη είναι άτονοι.⁸ Να τονιστεί ότι στο *Περί φύσιος ανθρώπου* ο συγγραφέας αναφέρει ότι το φλέγμα είναι ο πιο ψυχρός από τους χυμούς του σώματος.⁹ Ανάλογα τώρα με το φύλο οι άνθρωποι που κατοικούν σε μια τέτοια πόλη παρουσιάζουν και συγκεκριμένες ασθένειες. Οι γυναίκες λόγω της κακής υγείας τους αποβάλλουν συχνά. Τα παιδιά προσβάλλονται από σπασμούς και ταυτόχρονα έχουν πρόβλημα με το αναπνευστικό τους σύστημα. Τον ανδρικό πληθυσμό ταλαιπωρούν δυσεντερίες , διάρροιες , πυρετοί με ρίγος, φλύκταινες , αιμορροΐδες.¹⁰ Όσον αφορά στους πυρετούς οι ιπποκρατιστές γιατροί τους είχαν κατηγοριοποιήσει σε τέσσερις ομάδες. Όταν οι άνθρωποι ξεπεράσουν τα πενήντα τους χρόνια είναι πιθανό να πάθουν αποπληξία αν εκτεθούν ξαφνικά στον ήλιο ή αν τους διαπεράσει δυνατό κρύο. Επίσης, στους κατοίκους τέτοιων πόλεων εμφανίζονται υγρές οφθαλμίες και είναι ευάλωτοι σε οποιαδήποτε επιδημία που μπορεί να φέρει η αλλαγή απ' τη μια εποχή στην άλλη. Ο Ιπποκράτης καθώς και οι υπόλοιποι γιατροί που υπήρξαν οπαδοί του θεωρούσαν ότι η επιδημία είναι η ασθένεια ή οι ασθένειες που πλήττουν ένα μεγάλο μέρος του πληθυσμού. Υπάρχει και μια σειρά βιβλίων τα οποία ανήκουν στην *Ιπποκρατική συλλογή* και φέρουν τον τίτλο «επιδημίες».¹¹ Παρατηρεί λοιπόν κανείς ότι οι ασθένειες διαφέρουν ανάλογα με το φύλο , την ηλικία και τη φύση του αρρώστου.

Αξίζει να σταθεί κανείς στο θέμα των γυναικείων ασθενειών. Όπως αναφέρθηκε προηγουμένως οι γυναίκες των πόλεων που είναι εκτεθειμένες σε θερμούς και υγρούς ανέμους οι οποίοι έρχονται από τον νότο ,μπορεί να εμφανίσουν στειρότητα εξαιτίας της κακής τους υγείας. Δεν ήταν απλό το θέμα της στειρότητας για μια γυναίκα ,διότι ο σύζυγός της εξαιτίας αυτού μπορούσε να τη χωρίσει. Η γυναίκα δηλαδή θεωρούνταν υπεύθυνη.

⁶ Δ. Λυπουρλής, *Ιπποκρατική ιατρική*, Θεσσαλονίκη: Παρατηρητής, 1983, σ σ.196-197

⁷ Δ. Λυπουρλής, *Ιπποκρατική ιατρική*, Θεσσαλονίκη: Παρατηρητής, 1983, σ. 250

⁸ Δ. Λυπουρλής, *Ιπποκρατική ιατρική*, Θεσσαλονίκη: Παρατηρητής, 1983, σ σ.197-199

⁹ Δ. Λυπουρλής, *Ιπποκρατική ιατρική*, Θεσσαλονίκη: Παρατηρητής, 1983, σ.252

¹⁰ Δ. Λυπουρλής, *Ιπποκρατική ιατρική*, Θεσσαλονίκη: Παρατηρητής, 1983,σ σ.198-199

¹¹ Jacques Jouanna, *Ιπποκράτης*, Αθήνα: Α. Καρδαμίτσα, 1998, σ σ.198-200

Μετά την περιγραφή της νοσηρότητας στις πόλεις με θερμούς ανέμους εξετάζονται οι πόλεις στις οποίες πνέουν αντίθετοι άνεμοι, έρχονται από το βορρά. Οι άνεμοι αυτοί είναι ψυχροί και ξηροί και έτσι και τα νερά τους είναι σκληρά και ψυχρά. Παράλληλα, οι κάτοικοι είναι νευρώδεις και ισχυροί. Τα γενικά τους χαρακτηριστικά είναι ότι διαθέτουν υγιή και σφικτά κεφάλια, χαλαρή πάνω περιοχή, «χολώδη ιδιοσυγκρασία», υποφέρουν από δυσκοιλιότητα ,ενώ ταυτόχρονα είναι επιρρεπείς στους εσωτερικούς τραυματισμούς. Στις πόλεις αυτές κυριαρχούν «οξείες ασθένειες», όπως πολλές πλευρίτιδες.¹² Οι ιπποκρατιστές γιατροί «οξείες» ασθένειες θεωρούσαν ότι είναι εκείνες οι οποίες μπορεί να οδηγήσουν ακόμη και στο θάνατο. Την εποχή του Γαληνού αυτός που υποδιαίρεσε όλες τις ασθένειες σε δύο μεγάλες ενότητες , τις «οξείες» και τις «χρόνιες» ήταν ο Αρεταίος ο Καππαδόκης.¹³ Επίσης, την εποχή εκείνη με τον όρο «πλευρίτιδα» εννοούσαν την ασθένεια των πλευρών, δεν είχε τη σημερινή σημασία. Στις μέρες μας ορίζεται ως μια φλεγμονή των δύο μεμβρανών που περικλείουν την πλευρά.¹⁴ Λόγω της ξηρότητας του σώματος σε συνδυασμό με την ψυχρότητα του νερού πολλοί είναι εκείνοι που παρουσιάζουν εμπυήματα. Ακόμη υπάρχει περίπτωση οι κάτοικοι να εμφανίσουν ξηρές οφθαλμίες. Σχετικά με τον ανδρικό πληθυσμό της πόλης η πλειοψηφία αυτών ζει αρκετά χρόνια, περισσότερα από εκείνους άλλων πόλεων. Αυτοί οι οποίοι δεν έχουν συμπληρώσει το τριακοστό έτος της ηλικίας τους κατά τη διάρκεια των θερινών μηνών παρουσιάζουν αιμορραγία στη μύτη.¹⁵ Οι λεγόμενες «ιερές ασθένειες» είναι δυνατό να τους προσβάλλουν αλλά σπάνια , ενώ πιθανή είναι και σε αυτή την περίπτωση η εκδήλωση επιδημιών εξαιτίας της εναλλαγής των εποχών .Ο όρος «ιερά νόσος» παραπέμπει στη σημερινή επιληψία. Χρησιμοποιούσαν την ονομασία αυτή για κάποια συγκεκριμένη ασθένεια και έχουν γίνει αρκετές υποθέσεις σχετικά με το ποια ασθένεια μπορεί να προσδιόριζε ο όρος αυτός. ¹⁶Επίσης, οι άνδρες των πόλεων που είναι εκτεθειμένες σε ανέμους ψυχρούς και ξηρούς που έρχονται από το βορρά είναι άγριοι. Αναφορικά τώρα με τις γυναίκες υπάρχει το ενδεχόμενο να παρουσιάσουν στειρότητα λόγω του νερού και να μην μπορούν να θρέψουν τα παιδιά τους εξαιτίας της έλλειψης γάλατος. Κατά τη διάρκεια της γέννας τους μπορεί να αντιμετωπίσουν δυσκολίες, βέβαια οι αποβολές δεν είναι συχνές. Αυτές οι δυσκολίες που μπορεί να προκύψουν κατά τη διάρκεια του τοκετού ίσως να δημιουργήσουν ρήξεις και θλάσεις. Τα μικρά αγόρια των ίδιων πόλεων εκδηλώνουν συχνά ύδρωπες όρχεων που γιατρεύονται με το πέρασμα του χρόνου. Η εφηβεία ακόμη, αργεί να ξεκινήσει.¹⁷

Σύμφωνα με τον συγγραφέα οι καλύτερες πόλεις είναι εκείνες οι οποίες είναι στραμμένες προς την ανατολή. Αυτές οι πόλεις είναι πιο υγιεινές και αυτό γιατί υπάρχει εξισορρόπηση του κρύου και της ζέστης. Τα νερά είναι καθαρά και διαυγή. Η όψη των ανθρώπων είναι ροδαλή , η φωνή τους καθαρή , είναι ευφυείς και διακρίνονται για τον καλό τους χαρακτήρα. Σε περίπτωση που αρρωστήσουν οι

¹² Δ. Λυπουρλής, *Ιπποκρατική ιατρική*, Θεσσαλονίκη: Παρατηρητής, 1983, σ σ.200-201

¹³ Jacques Jouanna, *Ιπποκράτης*, Αθήνα: Α. Καρδαμίτσα, 1998,σ σ.200-201

¹⁴ Jacques Jouanna, *Ιπποκράτης*, Αθήνα: Α. Καρδαμίτσα, 1998, σ.189

¹⁵ Δ. Λυπουρλής, *Ιπποκρατική ιατρική*, Θεσσαλονίκη: Παρατηρητής, 1983, σ σ.200-201

¹⁶ Jacques Jouanna, *Ιπποκράτης*, Αθήνα: Α. Καρδαμίτσα, 1998, σ σ.236-237

¹⁷ Δ. Λυπουρλής, *Ιπποκρατική ιατρική*, Θεσσαλονίκη: Παρατηρητής, 1983, σ σ.201-203

άνθρωποι αυτών των πόλεων, οι ασθένειες που παρουσιάζουν είναι πιο ήπιας μορφής. Η γονιμότητα των γυναικών είναι αυξημένη και δεν αντιμετωπίζουν δυσκολίες κατά τη γέννα.¹⁸

Τέλος, είναι και οι πόλεις εκείνες οι οποίες είναι προσανατολισμένες στη δύση και σύμφωνα με τον Ιπποκράτη είναι ιδιαίτερα ανθυγιεινές. Τα νερά τους σε αντίθεση με τις προηγούμενες πόλεις δεν είναι καθαρά ενώ το κρύο και η ζέστη δεν είναι μετριασμένα. Ο ήλιος καθώς δύει, ψήνει τους ανθρώπους. Έτσι, οι κάτοικοι παρουσιάζουν ωχρή όψη. Διαθέτουν ακόμη βραχνή φωνή, εξαιτίας του μη καθαρού και υγρού αέρα, καθώς οι βόρειοι άνεμοι δεν περνούν από αυτές τις πόλεις ώστε να καθαρίσουν την ατμόσφαιρα. Είναι φιλάσθενοι και ευάλωτοι σε όλες τις αρρώστιες.¹⁹ Παρακάτω ο συγγραφέας θα αναλύσει τις επιπτώσεις των υδάτων στην υγεία του ανθρώπου.

2.ΚΕΦΑΛΑΙΟ: ΤΑ ΥΔΑΤΑ

¹⁸ Δ. Λυπουρλής, *Ιπποκρατική ιατρική*, Θεσσαλονίκη: Παρατηρητής, 1983, σ σ.202-203

¹⁹ Δ. Λυπουρλής, *Ιπποκρατική ιατρική*, Θεσσαλονίκη: Παρατηρητής, 1983, σ σ.203-205

Ο Ιπποκράτης στη συνέχεια του έργου του θα μας ενημερώσει για το τι είναι αναγκαίο να γνωρίζουν οι γιατροί σχετικά με την ποιότητα των υδάτων μιας πόλης. Όπως είναι φυσικό, οι άνθρωποι προκειμένου να ζήσουν καταναλώνουν μεγάλες ποσότητες νερού οι οποίες επηρεάζουν καθοριστικά την υγεία των ανθρώπων. Ειδικότερα, ο συγγραφέας κάνοντας τη μετάβαση από τους ανέμους στα νερά, δηλώνει ότι σκοπός του είναι να δείξει ποια νερά είναι ανθυγιεινά και ποια υγιεινά. Στο σημείο αυτό αξίζει να γίνει μνεία στον Αλκμαίωνα τον Κροτωνιάτη, αρχαίος Έλληνας φιλόσοφος, γιατρός και φυσικός ο οποίος ασχολήθηκε και εκείνος με την επίδραση του νερού στην υγεία του ανθρώπου.²⁰

Αρχικά, η πρώτη κατηγορία νερών που αναφέρει ο συγγραφέας είναι τα νερά των ελών, των λιμνών και γενικότερα τα στάσιμα νερά. Επειδή τα νερά αυτά δεν είναι τρεχούμενα, τους θερινούς μήνες είναι ζεστά, παχύρρευστα και έχουν άσχημη μυρωδιά. Όταν πάνω σε αυτά πέσει και το νερό της βροχής, σε συνδυασμό με το συνεχές κάψιμο του ήλιου γίνονται θαμπά, βλαβερά και προκαλούν ερεθισμό στη χολή. Ωστόσο, το χειμώνα είναι παγωμένα, κρύα και θολά από το χιόνι και τους πάγους, με αποτέλεσμα να αυξάνεται το φλέγμα στους ανθρώπους και να έχουν έντονο βράχνιασμα. Η κατάποση των νερών αυτών από τους ανθρώπους προκαλεί πρήξιμο και σκλήρυνση της σπλήνας και του στομαχιού. Επίσης, όσοι πίνουν από αυτά τα νερά είναι πολύ αδύνατοι και αντιμετωπίζουν προβλήματα με το πεπτικό τους σύστημα, γι' αυτό και χρειάζεται να πάρουν πιο δραστικά καθαρτικά.²¹ Να σημειωθεί ότι τα περισσότερα φάρμακα που χρησιμοποιούσαν οι ιπποκρατιστές γιατροί είχαν ως στόχο την εκκένωση των περιττών ουσιών που βρίσκονταν μέσα στο σώμα. Βέβαια η χρήση των καθαρτικών γινόταν με μεγάλη προσοχή και ειδικά των πιο δραστικών.²² Έν συνεχεία, οι άνθρωποι που πίνουν από τα στάσιμα νερά, το καλοκαίρι παθαίνουν δυσεντερίες, διάρροιες και μακροχρόνιους πυρετούς πράγμα το οποίο έχει ως συνέπεια να πλήττονται από θανατηφόρες υδρωπικίες.²³

Παρακάτω περιγράφονται οι ασθένειες που είναι πιθανότερο να εκδηλωθούν στις πόλεις που έχουν πρόσβαση στα νερά των ελών και των λιμνών, ανα φύλο και ηλικία. Όπως είδαμε και στο προηγούμενο κεφάλαιο της εργασίας οι ασθένειες που πλήττουν τους ανθρώπους έχουν να κάνουν εκτός με τον περίγυρο και με τη φύση του αρρώστου, το φύλο και την ηλικία του. Ακόμη και στους *Αφορισμούς* η ηλικία αποτελεί βάση για την ταξινόμηση των ασθενειών.²⁴ Συγκεκριμένα, τον χειμώνα οι πιο νέοι υποφέρουν από περιπνευμονίες και μανικές αρρώστιες. Αντίθετα, οι πιο ηλικιωμένοι λόγω του ότι τα όργανα του πεπτικού τους συστήματος είναι σκληρά ταλαιπωρούνται από καύσους. Ο γυναικείος πληθυσμός παρουσιάζει πλήθος ασθενειών, όπως για παράδειγμα οιδήματα, λευκόρροια, δυσκολεύονται να μείνουν

²⁰ Δ. Λυπουρλής, *Ιπποκρατική ιατρική*, Θεσσαλονίκη: Παρατηρητής, 1983, σ.255

²¹ Δ. Λυπουρλής, *Ιπποκρατική ιατρική*, Θεσσαλονίκη: Παρατηρητής, 1983, σ σ.205-207

²² Jacques Jouanna, *Ιπποκράτης*, Αθήνα: Α. Καρδαμίτσα, 1998, σ σ.205-206

²³ Δ. Λυπουρλής, *Ιπποκρατική ιατρική*, Θεσσαλονίκη: Παρατηρητής, 1983, σ.207

²⁴ Jacques Jouanna, *Ιπποκράτης*, Αθήνα: Α. Καρδαμίτσα, 1998, σ σ.194-195

έγκυες και όταν συμβεί αυτό γεννούν με δυσκολία.²⁵ Να υπογραμμιστεί ότι στο σημείο που αναφέρει ότι «τα παιδιά γεννιούνται μεγάλα και πρησμένα» στο πρωτότυπο κείμενο υπάρχει η λέξη «έμβρυα». Με τη λέξη αυτή ο συγγραφέας εννοεί τα νεογέννητα παιδιά.²⁶ Έτσι, τα νεογέννητα έχουν μεγάλο μέγεθος και ταυτόχρονα παρουσιάζουν πρήξιμο, όμως αργότερα κατά τον θηλασμό γίνονται ισχνά, ενώ οι πιο συχνές αρρώστιες που τα προσβάλλουν είναι οι κήλες. Οι άνδρες από την άλλη παθαίνουν κισσούς και πληγές στις κνήμες.²⁷

Αμέσως μετά την περιγραφή των βλαβερών νερών, ο Ιπποκράτης προχωράει στην περιγραφή των νερών εκείνων που οι πηγές τους βρίσκονται σε βράχους ή σε έδαφος που υπάρχουν θερμές πηγές ή που περιέχεται σίδηρος, χαλκός, άργυρος, χρυσός, θειάφι, στύψη, πίσσα και σόδα. Τα ύδατα αυτά είναι θερμά και προκαλούν δυσκοιλιότητα καθώς και προβλήματα στην ούρηση.²⁸

Πιο κάτω ο συγγραφέας κάνει λόγο για τα ευεργετικά προς τον άνθρωπο νερά. Σύμφωνα με την κρίση του τα νερά αυτά είναι εκείνα τα οποία ρέουν από ψηλά, από βουνά και λόφους. Αξίζει να δοθεί σημασία στη φράση ότι «το άριστο νερό δεν έχει ανάγκη να αναμειχθεί και με μεγάλη ποσότητα κρασιού». Σύμφωνα με τον H. Diller από αυτή τη φράση βγαίνει το συμπέρασμα ότι κάποιες φορές οι αρχαίοι Έλληνες πρόσθεταν στο νερό κρασί με σκοπό να γίνει καλύτερη η γεύση του.²⁹ Επίσης, τα νερά αυτά είναι ζεστά τον χειμώνα, ενώ το καλοκαίρι κρύα. Είναι καθαρά, με ωραία οσμή, ελαφρά και προέρχονται από ρέμα που είναι προσανατολισμένο προς την ανατολή του ηλίου. Πολύ καλά για τον ανθρώπινο οργανισμό είναι και τα νερά που ρέουν ανάμεσα στη θερινή ανατολή και θερινή δύση του ηλίου, καθώς και αυτά που ρέουν ανάμεσα στη θερινή και χειμερινή δύση.³⁰

Στον αντίποδα, τα σκληρά και δυσκολοχώνευτα νερά είναι καλό να αποφεύγονται. Ωστόσο, κάποιες φορές μπορεί να φανούν χρήσιμα για συγκεκριμένες αρρώστιες. Βέβαια, τα χειρότερα από όλα τα ύδατα είναι εκείνα που ρέουν προς τον νότο, ανάμεσα στη χειμερινή ανατολή και δύση του ηλίου και επηρεάζουν ιδιαίτερα τους κατοίκους του νότου.³¹

Συνεχίζοντας, ο Ιπποκράτης κάνει διάκριση των υδάτων ανάλογα με την υγεία του κάθε ανθρώπου. Συγκεκριμένα, τα άτομα εκείνα τα οποία είναι απόλυτα υγιή, μπορούν να καταναλώνουν οποιοδήποτε νερό. Δεν συμβαίνει όμως το ίδιο και με τα άτομα εκείνα τα οποία πάσχουν από κάποια ασθένεια. Έτσι, εκείνοι οι οποίοι αντιμετωπίζουν προβλήματα με την πέψη είναι καλό να πίνουν τα νερά εκείνα που κατά τον συγγραφέα είναι άριστης ποιότητας, δηλαδή τα ελαφρά, διαυγή και γλυκά.

²⁵ Δ. Λυπουρλής, *Ιπποκρατική ιατρική*, Θεσσαλονίκη: Παρατηρητής, 1983, σ.207

²⁶ Δ. Λυπουρλής, *Ιπποκρατική ιατρική*, Θεσσαλονίκη: Παρατηρητής, 1983, σ.256

²⁷ Δ. Λυπουρλής, *Ιπποκρατική ιατρική*, Θεσσαλονίκη: Παρατηρητής, 1983, σ.207

²⁸ Δ. Λυπουρλής, *Ιπποκρατική ιατρική*, Θεσσαλονίκη: Παρατηρητής, 1983, σ.207-209

²⁹ Δ. Λυπουρλής, *Ιπποκρατική ιατρική*, Θεσσαλονίκη: Παρατηρητής, 1983, σ.256

³⁰ Δ. Λυπουρλής, *Ιπποκρατική ιατρική*, Θεσσαλονίκη: Παρατηρητής, 1983, σ.209

³¹ Δ. Λυπουρλής, *Ιπποκρατική ιατρική*, Θεσσαλονίκη: Παρατηρητής, 1983, σ.209

Τώρα, αυτών που η κοιλιακή χώρα είναι μαλακή, υγρή και γεμάτη φλέγμα τους προτείνει να πίνουν πιο σκληρά , δυσκολοχώνευτα νερά και υφάλμυρα.³²

Η επόμενη κατηγορία υδάτων είναι το νερό που προέρχεται από τη βροχή και από το χιόνι. Αναλυτικότερα, λόγω του ότι ο ήλιος απορροφά τα ελαφρά στοιχεία που περιέχουν τα νερά της γης συμβάλλει στο ότι το βροχινό νερό είναι πιο ελαφρύ , γλυκό και λαμπερό. Ωστόσο, το νερό της βροχής αποκτά μια άσχημη οσμή λόγω του ότι αποτελείται από πολλά διαφορετικά στοιχεία. Με τη βοήθεια του ήλιου, το νερό αυτό θερμαίνεται και βράζει με αποτέλεσμα να γίνεται πιο γλυκό. Σε περίπτωση που κάποιος πει από το νερό της βροχής θα έχει βήχα και βράχνιασμα.³³ Να προστεθεί ότι οι ερμηνείες αυτές του Ιπποκράτη σχετικά με το νερό της βροχής είναι ανάλογες με αυτές των προσωκρατικών φιλοσόφων. Φαίνεται ότι ο συγγραφέας έχει άριστη γνώση των φιλοσοφικών θεωριών σχετικά με τη φύση.³⁴ Όσον αφορά στα ύδατα που προέρχονται από το χιόνι ή από τους πάγους είναι και αυτά ανθυγιεινά. Αυτό γιατί το νερό όταν παγώσει χάνει τις αρχικές του θετικές ιδιότητες.³⁵

Τέλος, ο συγγραφέας επισημαίνει ότι όσοι καταναλώνουν διαφορετικά μεταξύ τους νερά, από μεγάλους ποταμούς μπορεί να νοσήσουν από πέτρα στα νεφρά, νεφρίτιδες, στραγγουρία, ισχιαλγίες και κήλες. Οι ασθένειες αυτές δεν προσβάλλουν όλους τους οργανισμούς. Όσοι δηλαδή, έχουν υγιές πεπτικό σύστημα δύσκολα αποκτούν πέτρα στα νεφρά και προβλήματα στην κύστη. Εκείνοι πάλι που έχουν φλεγμονή στην κοιλιακή χώρα , όταν διαφορετικά μεταξύ τους νερά είναι πιθανό να αντιμετωπίσουν προβλήματα στην κύστη. Ακόμη , οι ασθένειες αυτές παρουσιάζονται πιο συχνά στους άνδρες και στα αγόρια παρά στις γυναίκες και στα κορίτσια , λόγω της διαφορετικής ανατομίας των γεννητικών τους οργάνων.³⁶

³² Δ. Λυπουρλής, *Ιπποκρατική ιατρική*, Θεσσαλονίκη: Παρατηρητής, 1983, σ.209-211

³³ Δ. Λυπουρλής, *Ιπποκρατική ιατρική*, Θεσσαλονίκη: Παρατηρητής, 1983, σ.211-213

³⁴ Jacques Jouanna, *Ιπποκράτης*, Αθήνα: Α. Καρδαμίτσα, 1998, σ.341-343

³⁵ Δ. Λυπουρλής, *Ιπποκρατική ιατρική*, Θεσσαλονίκη: Παρατηρητής, 1983, σ.213-214

³⁶ Δ. Λυπουρλής, *Ιπποκρατική ιατρική*, Θεσσαλονίκη: Παρατηρητής, 1983, σ.215-217

3.ΚΕΦΑΛΑΙΟ: ΕΠΟΧΙΚΕΣ ΜΕΤΑΒΟΛΕΣ

Στο τελευταίο μέρος της εργασίας μας θα ασχοληθούμε με τη μελέτη των εποχών που έχει γίνει από τον Ιπποκράτη καθώς και με τις ασθένειες που προκαλούνται από τις εναλλαγές τους. Ο συγγραφέας δίνει οδηγίες για το πώς πρέπει να σκεφτόμαστε αν επιθυμούμε να γνωρίζουμε αν η επόμενη χρονιά πρόκειται να είναι ευνοϊκή ή όχι για την υγεία των ανθρώπων. Ειδικότερα, η χρονιά θα είναι καλή για την υγεία των ανθρώπων εφόσον τα φαινόμενα σχετικά με τη δύση και την ανατολή των άστρων είναι κανονικά, το φθινόπωρο είναι βροχερό, ο χειμώνας μέτριος και οι βροχές κατά την περίοδο της άνοιξης και του καλοκαιριού είναι μετριασμένες.³⁷ Στο σημείο αυτό αξίζει να αναφέρουμε ότι ενώ ο Πίνδαρος διακρίνει δύο κατηγορίες ασθενειών που προκαλούνται από τις εποχές, τις καλοκαιρινές και τις χειμερινές, οι ιπποκρατιστές γιατροί διακρίνουν τέσσερις. Στις καλοκαιρινές και τις χειμερινές προσθέτουν και αυτές των ενδιάμεσων εποχών, δηλαδή της άνοιξης και του φθινοπώρου.

³⁸Συνεχίζοντας, ο συγγραφέας επισημαίνει τότε μια χρονιά προβλέπεται να μην είναι

³⁷ Δ. Λυπουρλής, *Ιπποκρατική ιατρική*, Θεσσαλονίκη: Παρατηρητής, 1983, σ.217

³⁸ Jacques Jouanna, *Ιπποκράτης*, Αθήνα: Α. Καρδαμίτσα, 1998, σ. 192-193

καλή για την ανθρώπινη υγεία. Κατά τη διάρκεια μιας τέτοιας χρονιάς ο χειμώνας είναι ξηρός με βόρειους ανέμους, η άνοιξη βροχερή με νότιους ανέμους και το καλοκαίρι ο καύσωνας είναι απότομος. Επίσης, κατά τη διάρκεια του καλοκαιριού εμφανίζονται υψηλοί πυρετοί, οφθαλμίες και δυσεντερίες. Αυτές οι ασθένειες πλήττουν κυρίως τα άτομα φλεγματικής ιδιοσυγκρασίας, ενώ οι δυσεντερίες παρουσιάζονται με μεγαλύτερη συχνότητα στους γυναικείους οργανισμούς.³⁹ Στην περίπτωση που ακολουθήσει ένα φθινόπωρο με μελέτεια τότε η υγεία των ανθρώπων θα είναι καλύτερη, αλλά σε αντίθετη περίπτωση οι θερινές αρρώστιες που αναφέρθηκαν μπορεί να οδηγήσουν ακόμη και στον θάνατο ιδίως των παιδιών και των γυναικών. Να προστεθεί ότι ένας γιατρός του 6^{ου} αιώνα μ.Χ ο Αέτιος ο Αμιδηνός σε ένα έργο του παραθέτει έναν πίνακα των «καιρών» κατά τους οποίους συμβαίνει η ανατολή και η δύση των αστερών. Αυτός ο πίνακας θεωρείται χρήσιμος για την ανάγνωση του έργου που εξετάζουμε το «Περί αέρων, υδάτων και τόπων».⁴⁰ Έπειτα, σχετικά πάλι με τον γυναικείο πληθυσμό, αν μετά από έναν χειμώνα ήπιο ακολουθήσει μια άνοιξη ξερή με βόρειους ανέμους και θύελλες τότε οι εγκυμονούσες μπορεί να αποβάλουν. Όσες τελικά γεννήσουν τα παιδιά τους θα είναι φιλάσθενα ή δεν θα καταφέρουν να επιζήσουν. Ο υπόλοιπος πληθυσμός μπορεί να εμφανίσει δυσεντερίες, ξηρές οφθαλμίες και κατάρρους από το κεφάλι στους πνεύμονες. Οι δυσεντερίες είναι πιο συχνές στις γυναίκες και στα φλεγματικά άτομα ενώ οι ξηρές οφθαλμίες στα άτομα με χολώδη ιδιοσυγκρασία. Τα ηλικιωμένα άτομα μπορεί να πληγούν από κατάρρους και είτε να πεθάνουν ξαφνικά είτε να πάθουν ημιπληγίες από τη δεξιά ή αριστερή πλευρά.⁴¹

Οι εποχικές αυτές μεταβολές που αναφέρθηκαν παραπάνω είναι πιο σπάνιες στις πόλεις που έχουν καλό προσανατολισμό ως προς τον ήλιο και τους ανέμους και τα νερά τους είναι ευεργετικά. Στον αντίποδα, όσες πόλεις έχουν νερά στάσιμα και από έλη και ο προσανατολισμός τους ως προς τον ήλιο και τους ανέμους δεν είναι καλός επηρεάζονται από τις εποχικές εναλλαγές. Αν το καλοκαίρι έχει ξηρασία οι ασθένειες μπορεί να ιαθούν γρηγορότερα, αν όμως είναι βροχερό επιτείνονται.⁴²

Ακόμη μετά από ένα βροχερό καλοκαίρι με νότιους ανέμους, ο χειμώνας που θα ακολουθήσει θα παρουσιάζει έντονη νοσηρότητα. Συγκεκριμένα, τα φλεγματικά άτομα καθώς και εκείνοι άνω των σαράντα ετών είναι πιθανόν να προσβληθούν από υψηλούς πυρετούς ενώ τα άτομα με χολώδη ιδιοσυγκρασία μπορεί να πάθουν πλευρίτιδες και περιπνευμονίες. Μετά από ένα καλοκαίρι ξηρό με βόρειους ανέμους και ένα φθινόπωρο βροχερό με νότιους ανέμους, τον χειμώνα που θα ακολουθήσει θα παρουσιασθούν κεφαλαλγίες, γάγγραινες στον εγκέφαλο, συνάχι, βήχα ακόμη και φθίση.

Τέλος, στις πόλεις που φυσούν βόρειοι άνεμοι και δεν είναι συχνές οι βροχοπτώσεις τα άτομα φλεγματικής ιδιοσυγκρασίας καθώς και οι γυναίκες ευνοούνται από τις

³⁹ Δ. Λυπουρλής, *Ιπποκρατική ιατρική*, Θεσσαλονίκη: Παρατηρητής, 1983, σ.σ. 217-219

⁴⁰ Δ. Λυπουρλής, *Ιπποκρατική ιατρική*, Θεσσαλονίκη: Παρατηρητής, 1983, σ.σ. 258-259

⁴¹ Δ. Λυπουρλής, *Ιπποκρατική ιατρική*, Θεσσαλονίκη: Παρατηρητής, 1983, σ. 219

⁴² Δ. Λυπουρλής, *Ιπποκρατική ιατρική*, Θεσσαλονίκη: Παρατηρητής, 1983, σ. 221

αντίστοιχες καιρικές συνθήκες. Τα άτομα όμως με χολώδη ιδιοσυγκρασία μπορεί να πληγούν από οφθαλμίες , οξείες και μακροχρόνιους πυρετούς ακόμη και μελαγχολία.⁴³

Ο συγγραφέας κλείνοντας, υπογραμμίζει ότι πρέπει να δοθεί ιδιαίτερη προσοχή στις πιο κρίσιμες εποχικές μεταβολές. Κατά τη διάρκεια αυτών δεν πρέπει να δίνεται ούτε καθαρτικό αν δεν είναι αναγκαίο, ούτε να γίνονται καυτηριασμοί και τομές στην κοιλιακή περιοχή αν δεν περάσει πρώτα το απαραίτητο χρονικό διάστημα. Οι πιο κρίσιμες περίοδοι είναι οι δύο τροπές του ήλιου ,κυρίως η θερινή και οι δύο ισημερίες, ιδίως η φθινοπωρινή. Ακόμη προσοχή πρέπει να δίνεται και στις επιτολές των άστρων, του Κυνός και του Αρκτούρου και στη δύση των Πλειάδων. Η κρίση των ασθενειών σε αυτές τις περιόδους οξύνεται και ο ασθενής ή πεθαίνει ή γιατρεύεται ή η νόσος του αποκτά νέα μορφή.⁴⁴

⁴³ Δ. Λυπουρλής, *Ιπποκρατική ιατρική*, Θεσσαλονίκη: Παρατηρητής, 1983, σ. 221

⁴⁴ Δ. Λυπουρλής, *Ιπποκρατική ιατρική*, Θεσσαλονίκη: Παρατηρητής, 1983, σ.222

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

Διαβάζοντας κανείς το «Περί αέρων , υδάτων και τόπων» καταλήγει στο συμπέρασμα ότι ο συγγραφέας του έργου, δηλαδή ο Ιπποκράτης ως βασική μέθοδο για την έρευνα του χρησιμοποιεί την παρατήρηση. Ειδικότερα, μέσα από την παρατήρηση αναζήτησε τις βασικές αιτίες των ασθενειών, οι οποίες εντοπίζονται σε φυσικά αίτια και διαταραχές των σωματικών λειτουργιών. Καταγράφει τη λειτουργία των ανθρώπινων οργάνων καθώς και την επίδραση του φυσικού περιβάλλοντος σε αυτά. Συμβουλεύει τους επαγγελματίες γιατρούς πριν καταλήξουν σε κάποια διάγνωση να μελετήσουν πρώτα τους ανέμους και τα ύδατα μιας πόλης αλλά και τις εποχικές μεταβολές ώστε να οδηγηθούν σε ένα σωστό συμπέρασμα και να αποφύγουν τυχόν σφάλματα.

Ο Ιπποκράτης κατηγοριοποιεί τις ασθένειες που μπορεί να προκληθούν από περιβαλλοντικούς παράγοντες ανάλογα με το φύλο και την ηλικία. Μπορεί να παρατηρήσει κανείς ότι σχετικά με τον γυναικείο πληθυσμό ο συγγραφέας εστιάζει στις ασθένειες που σχετίζονται με την αναπαραγωγή. Από αυτό μπορεί να συμπεράνει κανείς την αντίληψη που κυριαρχούσε την εποχή εκείνη, ότι δηλαδή η γυναίκα ταυτιζόταν αποκλειστικά με την αναπαραγωγή.

Μελετώντας κανείς το παρόν έργο αντιλαμβάνεται ότι ο Ιπποκράτης θεωρεί ,ότι το ανθρώπινο σώμα αποτελεί αναπόσπαστο κομμάτι του περιβάλλοντος. Συνεπώς, η ποιότητα ζωής σε συνδυασμό με τους περιβαλλοντικούς παράγοντες επηρεάζουν την υγεία των ανθρώπων. Γι' αυτό και κάθε γιατρός οφείλει να συνυπολογίσει όλους τους παράγοντες προτού καταλήξει σε κάποια διαπίστωση σχετικά με μια ασθένεια.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

Δ. Λυπουρλής, *Ιπποκρατική ιατρική*, Θεσσαλονίκη, Παρατηρητής, 1983

Jacques Jouanna, *Ιπποκράτης*, Αθήνα, Α. Καρδαμίτσα, 1998