

1581105

Андрій Сем'янків  
(MED GOblin)

# МЕДИЦИНА

доказова і не дуже



50 % ліків на планеті Земля призначаються неправильно. На тій самій планеті 50 % пацієнтів приймають ліки не так, як треба. Не дуже оптимістично, авжеж. Додайте до цього альтернативну медицину, гомеопатію, інстагуру без медичної освіти, які роздають свої поради направо і наліво, та натренованих нашим «профілактичним» вживанням антибіотиків бактерій — і отримаєте повну картину.

Книжка лікаря й автора популярного блогу про медицину MED GOblin Андрія Сем'янків — це своєрідний путівник медичними нетрями: від того, як працюють ліки й що ховається за народною медициною, гомеопатією та стовбуровими клітинами, і до конспірології та навичок розпізнавання призначених фуфломіцинів.

Чому бактерії на підлозі лікарні небезпечніші за ті, що живуть у вашій кухні? Як поширюються антивакцинаторські міфи і навіщо королеві гомеопат? Чому антибіотики зазвичай можна поєднувати з алкоголем (і до чого тут пиво, гонорея і сифіліс)? Що насправді роблять оксолінова мазь і гематоген та чи варто обклеювати своє тіло тейпами? А також про фітотерапію, інгаляції з вареної картоплі, дієти, уколи, пуповинну кров та інші прогресивні (насправді не дуже) методики розповідає автор книжки, пояснюючи водночас, як критично аналізувати медичну інформацію.

# Зміст

Від автора 9

## ЧАСТИНА 1

Доказова медицина 11

### Розділ 1

Що ми можемо  
знати про світ? 13

### Розділ 2

Медичні експерименти,  
або «Звідки така  
впевненість?» 27

### Розділ 3

Антибіотики 39

### Розділ 4

Вакцинація 63

### Розділ 5

Гомеопатія 77

## ЧАСТИНА 2

Подумайте ще раз 91

### Розділ 6

Радянський спадок, або  
Пігулки з ракетного  
палива 93

### Розділ 7

Не фуфломіцини 103

### Розділ 8

Ми теж можемо! 109

### Розділ 9

Під лежачий кал  
вода не тече 115

### Розділ 10

Deus ex machina 121

Розділ 11  
Найстрашніший  
розділ книжки 127

Розділ 12  
Спортивна  
не-медицина 137

Розділ 13  
Вітамін,  
БАД, ананас 147

Розділ 14  
«Подихай над  
картоплею» 159

Розділ 15  
Від інсульту  
до геніальності 171

### ЧАСТИНА 3

У пошуках істини 175

Розділ 16  
Що з'їсти,  
щоб схуднути? 177

Розділ 17  
Пуповинна кров 189

Розділ 18  
Я уколів не боюся 195

Розділ 19  
Британські вчені  
знайшли людину  
зі спермою замість  
мозку 201

Розділ 20  
Мистецтво  
помилятися 211

Розділ 21  
Присутність  
відсутності 217

Розділ 22  
То хто знає істину? 223

Розділ 23  
Не всі дослідження  
однаково корисні 237

Розділ 24  
Чому ліки,  
які допомагають,  
не допомагають 241

Розділ 25  
25+5 порад  
(замість післямови) 249

Примітки  
(QR-коди) 255