

ХҮМҮҮНИЙ БИЕЙН ЗОХИЦОЛ БА ЦАГИЙН ЭРГЭЛТИЙН ХАРИЛЦАН ШҮТЭЛЦЭЭГ УЛАМЖЛАЛТ АНАГААХ УХААНЫ ОНОЛЫН ҮҮДНЭЭС СУДАЛСАН НЬ

Энхтөр Даваадулам¹, Батсайхан Батмөнх², Очирхүү Самбуу², Норов Батсайхан¹,
Чулуун Батнайрамдал³

¹Монгол Анагаах Ухааны Олон Улсын Сургууль, Анагаахын Шинжлэх Ухааны Үндэсний Их Сургууль, Улаанбаатар хот, Монгол Улс

² Синдүра-Мед Эмнэлэг, Эм Зүйн Шинжлэх Ухааны Их Сургууль, Улаанбаатар хот, Монгол Улс

³Монгол Анагаах Ухааны Төв Эмнэлэг, Анагаахын Шинжлэх Ухааны Үндэсний Их Сургууль, Улаанбаатар хот, Монгол Улс

*цахим шуудан: btd24f053@gt.mnums.edu.mn

A STUDY ON THE INTERRELATIONSHIP BETWEEN HUMAN BODY ADAPTATION AND TEMPORAL CYCLES FROM THE PERSPECTIVE OF TRADITIONAL MEDICINE THEORY

Davaadulam Enkhtur¹, Batmunkh Batsaikhan², Sambuu Ochirkhuu², Batsaikhan Norov¹,
Batnairamdal Chuluun³

¹ School of Mongolian Traditional Medicine, Mongolian National University of Medical Sciences, Ulaanbaatar, Mongolia

² Sindura-Med Hospital, Mongolian University of Pharmaceutical Science, Ulaanbaatar, Mongolia

³Central Hospital of Traditional Mongolian Medicine, Mongolian National University of Medical Sciences

*email: btd24f053@gt.mnums.edu.mn

Abstract

Introduction: Based on the results of recent scientific research mongolian traditional medicine (MTM) is one of the ancient medical practices with a history spanning 5,000 years. Since immemorial, Doctors of traditional Mongolian medicine, physicians have incorporated the research of local climate, seasonal changes, diet, and lifestyle into their treatment practices. This study considers it necessary to conduct a comparative analysis of the “AMIDRUULAGCH EMIIN SUDAR” and the “EM ZASLYN SARAN KHAAN” in order to understand the patterns of seasonal diseases and the physiological characteristics of the human body presented in the two ancient wood print above. The rationale of this study lies in clarifying the historical development of Mongolian traditional medicine, as well as certain diagnostic methods and therapeutic techniques, by identifying the similarities and differences between these two primary sources.

Methods: A retrospective clinical study was conducted at the Traditional Medicine Department of the “Sindura-Med” Hospital between September 15, 2025, and March 30, 2026. The study included a total of 3,487 patients aged 1–60 years. Using comparative source analysis and statistical methods (SPSS 16.0), the clinical data were analyzed against the theoretical frameworks of the *Em zaslyn saran khaan* and the *Amidruulagch emiin sudar*. seasonal timing was standardized using the Gregorian calendar equivalents established by Dr. L. Terbish (1999).

A total of 3,487 people were included in the study. The comparison between the “*Em zaslyn saran khaan*” and the “*Amidruulagch emiin sudar*” shows that seasonal dynamics and disease progression differ between the two texts. Specifically, the statistical indicators of disease occurrence during the “Wind” (Khii) called movement months of the four seasons (December, January, and February) in the “*Em zaslyn saran khaan*” align more closely with the participants’ data than the six-season “Wind” movement months (June, July, and August) described in the “*Amidruulagch emiin sudar*.”

Conclusion: The seasonal disease dynamics and humoral fluctuations described in the *Em zaslyn saran khaan* are more consistent with the current climatic conditions and disease patterns observed in Mongolia than those outlined in the *Amidruulagch emiin sudar*. The study confirms that the four-season framework of the *Somarazha* remains a highly relevant diagnostic and preventive tool for contemporary Mongolian traditional medicine.

Keywords: Life-Sustaining Medicine Sutra, Six Seasons, Three Humors, Disease Occurrence

Үндэслэл

Монголын уламжлалт анагаах ухаан нь Төвөдийн анагаах ухааны онол,¹ Энэтхэгийн Аюурведийн болон Хятадын анагаахуйн зарим эмчилгээний арга эм, тан зэрэг олон эх сурвалжийн уялдаа холбоонд тулгуурлан бүрэлдэн өөрийн өвөрмөц соёлын онцлогыг шингээсэн байдаг.² Эрт цагаас оточ маарамбууд тухайн хүний нутаг орны уур амьсгал, улиралтай уялдуулан идээ ундаа, явдал мөрийг судлан эмчилгээндээ хэрэглэдэг байсан.³ Энэ чиглэлээр хийгдэх судалгааны чухал эх сурвалжуудын нэг нь «Сомараза» (Somarazha) буюу Эм заслын саран хаан хэмээх анагаах ухааны эрт үед бичигдсэн сурвалж болон Энэтхэгийн Нагаржунай гэгээнтэний зохиосон Амьдруулагч эмийн судартай⁷ (Цава сүтари Монгол Данжуурын 206-210-р боть) харьцуулан судалж, анагаах ухааны түүхэн замнал улирлын зүй тогтол хийгээд тэдгээрийн адил төстэй болон ялгаатай талыг тодруулахад дорно дахины анагаах ухааны онолын үүсэл хөгжил хийгээд, эдгээр анагаах ухааны хоорондох харьцаа холбоог судлахад туйлын үнэ цэнэтэй бүтээл гэж тооцогддог.⁴ Цаг тооллын тухай хүмүүсийн ойлголт орчин үед янз бүр байдаг бөгөөд хүн төрөлхтөн эрт дээр үеэс нар, сар, од гаригийн хөдөлгөөн, дэлхийн цаг улирал, дахин давтагдах шинж чанар бүхий орчлон ертөнцийн байдлыг ажиглан цаг хугацааг янз бүрээр тооцон хэмжсээр ирсэн түүхтэй.⁸ Шар зурхайн тоолол гэсэн гурван цаг тоолол хижрийн тооллын ёс, төгс буянтан зурхайн ёс ашиглаж, арга болон билгийн тоололтой ижилхэн байдаг. Цаг тооллын хувьд бид судалгааны ажилдаа аргын тооллыг ашиглаж улирлын явдлыг илэрхийлж байна. Амьдруулагч эмийн сударт нэг жилийг зургаан цагт хуваан өгүүлсэн байхад Эм заслын саран хаанд харин нэг жилийг дөрвөн улирлаар өгүүлсэн бөгөөд доторх агуулга нь ч

харилцан адилгүй байдаг.⁷

Иймд өнөөдрийн мэдлэгийн хэрээр олдсон зарим материалуудыг түшиглэн сурвалжийг нарийвчлан судалж, нэгтгэн дүгнэснээрээ нэг талаас танин мэдэхүйн болон практикийн анагаах ухааныг цаашид Монголын уламжлалыг хөгжүүлэн дэлгэрүүлэх, орчин үеийн анагаах ухаантай зэрэгцүүлэн хөгжүүлэхэд чухал ач холбогдолтой нотолгоо болно гэж үзэж байна.

Зорилго: Эм заслын саран хаан болон Амьдруулагч эмийн судар номнуудын тайлбар эх сурвалжийг судлан харьцуулж, улирлын ялгаа болон хүний биеийн өвчлөлийн асуудлыг нэгтгэн дүгнэх нь бидний судалгааны ажлын зорилго оршино.

Зорилт: Дээрх зорилгодоо хүрэхийн тулд доорх зорилтуудыг дэвшүүлсэн болно.

1. Энэтхэгийн Аюурведийн анагаах ухаан дахь Нагаржунай гэгээний зохиосон Амьдруулагч эмийн судрын агуулгийг тогтоох
2. Эм заслын саран хаан судар дахь хүмүүний цаг улиралд зохицуулах явдал мөрийн талаар сурвалжаас тодруулах
3. Улирлын зүй тогтоолоос хамаарч өвчлөлийн түвшинд өөрчлөлт илэрч байгааг тодруулах

Арга аргачлал:

Бид энэхүү судалгааг ЭЗШУИС-ийн харьяа Синдүра-Мед эмнэлгийн УАУ-ы тасгийг түшиглэн 2025 оны 9 сарын 15-наас 2026 оны 03 сарын 30 хүртэл хийсэн. Энэхүү судалгаанд 1-60 насны 3487 хүн хамрагдсан болно. Судалгааг эх бичиг, сурвалж судлалын харьцуулах аргыг ашиглан уламжлалт анагаах ухааны сонгодог судар ном дээрх онолд үндэслэн анализ-синтезийн арга зүйгээр харьцуулан нэгтгэж улирлын өөрчлөлтөнд тулгуурлан дээрх эмнэлэгийн

үйлчлүүлэгчдийн өвчний статистик мэдээлэл дээр үндэслэн SPSS 16.0 програмыг ашиглан уг судалгааг хийж гүйцэтгэв. Уг судалгааг хийхдээ Эм Заслын Саран Хаан бүтээлд тусгагдсан саруудыг Л.Тэрбиш нэг сэдэвт бүтээл “Монголчуудын төвөд хэлээр туурвисан

одон зурхайн бүтээлийн түүхийн судалгаа” сэдвээр түүхийн ухаанаар шинжлэх ухааны докторын (Sc.D) зэрэг горилсон бүтээлээс (1999) иш татан цаг тооны бичигт тулгуурлан эквивалент болгосон.¹³ (Хүснэгт 1.)

Table 1. Comparative Analysis of the Seasonal Dynamics of Lung (Wind), Tripa (Bile), and Beken (Phlegm) in “Somarazha”

Seasonal Dynamics of Lung (Wind)	Months	Wind (Lung)	Bile (Tripa)	Phlegm (Beken)
Winter	12, 1, 2	Accumulation	Excitation	
Spring	3, 4, 5			Excitation
Summer	6, 7, 8	Accumulation	Excitation	
Autumn	9, 10, 11		Excitation	Excitation

Данжуур дахь Аюурведийн анагаах ухааны бүтээл Амьдруулагч эмийн сударыг Төвдийн анагаах ухааны Эм заслын саран хаантай харьцуулсан. Амьдруулагч эмийн сударт нэг жилийг зургаан улиралд хуваан өгүүлсэн

(Хүснэгт 2.) байхад Эм заслын саран хаан бүтээлд нэг жилийг дөрвөн улирлаар өгүүлсэн бөгөөд доторх агуулга нь ч харилцан адилгүй байдаг.

Table 2. Seasonal Dynamics of the Three Humors (Wind, Bile, Phlegm) according to the “Amidruulagch emiin sudar”

Season	Dates	Wind (Lung)	Bile (Tripa)	Phlegm (Beken)
Early Winter	Oct 16 – Dec 15	Pacification		
Late Winter	Dec 16 – Feb 15		Accumulation	
Spring	Feb 16 – Apr 15			Excitation
Summer-Transition	Apr 16 – Jun 15	Accumulation		Pacification
Summer	Jun 16 – Aug 15	Excitation	Accumulation	
Autumn	Aug 16 – Oct 15	Pacification	Excitation	

Table 3. “Somarazha” Em zasliin saran khaan

Em Zaslyn Saran Khaan	Months	A historical study of the astronomical works written in Tibetan by the Mongolian	Months
Winter	12, 1, 2	Winter	12, 1, 2
Spring	3, 4, 5	Spring	3, 4, 5
Summer	6, 7, 8	Summer	6, 7, 8
Autumn	9, 10, 11	Autumn	9, 10, 11

Үр дүн:

Энэтхэгийн Аюурведийн ухаан бол одон зурхайн махбод (шороо, ус, гал, хий, огторгуй)-ын онолоор гүн ухааны жолоодлого болгон хий, шар бадганы, долоон тамирыг гол онол болсон байна. Хятадын анагаах ухаан хар зурхайн 5 махбод⁵ (мод, гал, шороо, төмөр, ус) онолын нөлөө болон 5 цул 6 савын онолын нөлөөг хятад анагаах ухааны судас барих оношлох арга, 3 гэмийн онолтой уялдуулан хөгжүүлсэн.⁷ Эм заслын саран хаан-Сомаранз дахь оношлох ухаан нь Аюурведийн онолоор гол болгож, хятад анагаах ухааны шинжилгээ, хар зурхайн таван махбодын онолыг шингээн авсан зохиогч Манзушир болон Лүдүвнинбо гэдэг билээ.⁶

Энэтхэгийн Амьдруулагч эмийн сударт нэг жилийг зургаан улирлаар хуваан өгүүлсэн байхад Эм заслын саран хаанд харин нэг жилийг дөрвөн улирлаар⁷ өгүүлсэн бөгөөд доторх агуулга нь ч харилцан адилгүй байдаг. Судалгаанд нийт 3487 хүн хамрагдсан бөгөөд үүнээс 73.27% (n=2555) эмэгтэй, 26.72% (n=932) эрэгтэй байв. Гурван гэмийн өвчнүүд, TMD хурмал бор өвчин 33.26% (n=1160), TMA хийн язгуурын өвчин 31.23% (n=1089), TMB шарын язгуурын өвчин 1.29% (n=46), TMC бадганы язгуурын өвчин 0.71% (n=25) эзэлсэн байна. Амьдруулагч эмийн сударт зургаан улиралд гурван гэмийг хуваан авч үзэхэд хий хөдөлж байгаа 06/16-08/15 сар хүртэл TMA хий язгуурын өвчин 13.9% (n=174), шар хөдөлж байгаа 08/16-10/15 сар хүртэл TMB шарын язгуурын өвчин 24.6% (n=72), бадган хөдөлж байгаа 02/16-04/15 сар хүртэл TMC бадган язгуурын өвчин 19.3% (n=141) эзэлсэн байна.¹¹

Эм заслын саран хааны дөрвөн улиралд гурван гэмийг хуваан авж үзэхэд хий хөдөлж байгаа 12, 1, 2 сарууд нь Л.Тэрбиш нэг сэдэвт бүтээл “Монголчуудын төвөд хэлээр туурвисан одон

зурхайн бүтээлийн түүхийн судалгаа” сэдвээр түүхийн ухаанаар шинжлэх ухааны докторын (Sc.D) зэрэг хамгаалсан бүтээл /1999/- ээс иш татан цаг тооны бичигт тулгуурлан аргын тооллын 12, 1 болон 2 саруудад тохирч байгааг дүйцүүлэн тооцсон. (Хүснэгт 3.) TMA хийн язгуурын өвчин 28.7% (n=359), шар хөдөлж байгаа 6, 7, 8, саруудад TMB шарын язгуурын өвчин 27% (n=80), бадган хөдөлж байгаа 3, 4, 5 саруудад TMC бадган язгуурын өвчин 21,9% (n=160) эзэлсэн байна.^{10,11}

Үүнээс харахад “Эм заслын саран хаан” -ыг, “Амьдруулагч эмийн судар” -тай харьцуулахад улирал, өвчний хөдлөл зүй нь хоорондоо харилцан адилгүй байна. Эм заслын саран хаан дээр TMA хий язгуурын өвчин 28.7% (n=359), Амьдруулагч эмийн сударт TMA хий язгуурын өвчин 13.9% (n=174) үүнээс харахад Эм заслын саран хааны дөрвөн улиралын хий хөдлөх 12, 1, 2, саруудад хүмүүний өвчлөл нь Амьдруулагч эмийн сударын зургаан улирлын хий хөдлөх 6, 7, 8, саруудаас илүү статистикийн үзүүлэлтүүдтэй илүү тохирч байна.

Хэлцэмж: Судлаач Ш. Мөнгөнгэрэл (2023 он) Хий шар бадганы өөрчлөлтийг Монгол орны хувьд онцлон гаргах нь судалгаанд Халуун, хүйтэн температурын өдрийн дундажийн хамгийн их буюу бага утга 7, 11, 3-р сарууд байв. Иймд тус саруудыг Монгол орны хувьд хий, шар, бадган хөдлөх оргил хугацаа гэж үзэж болно.⁸

Д.Ганчимэг (2021 он) Уламжлалт анагаах ухааны биеийн өвөрчлөл, биологийн насны холбоо хамаарлыг тандах судалгааны ажилд нийт 130 хүний өвөрчлөлийг тогтоож 7 бүлэгт ангилж үзэхэд хурмал өвөрчлөлттэй хүн илрээгүй бөгөөд 47% нь «хий-шар» давамгайлж хавсарсан өвөрчлөл, 28% нь «шар-бадган» давамгайлж хавсарсан өвөрчлөл, «бадган-хий» хавсарсан өвөрчлөл нь 25% байлаа.⁹ Судалгаанд 16-59 насны

харьцангуй эрүүл хүн хамрагдсанаас эрэгтэйчүүд 24,4%, эмэгтэйчүүд 75,6% эзэлж, 10 насны бүлгээр авч үзэхэд 16-19, 20-29 насны хүмүүс хамгийн их буюу 51,1%-ийг эзэлж байлаа. «Хий-Шар», «Шар-Бадган», хавсарсан өвөрчлөл давамгайлан илэрсэн. «Бадган-хий» хавсарсан өвөрчлөлтэй эмэгтэйчүүд тус тус 70 орчим хувийг эзэлж байна.¹⁰

Бидний судалгааны үр дүнд 6 улирал нь махбодын мөн чанартай ус хий нь өвлийн адаг гашуун амтны хүч их, шороо хий нь хавар эхүүн амтны хүч их, гал хий нь тэжээл халуун амтны хүч их, гал шороо нь зун исгэлэн амтны хүч их, ус гал нь намар давслаг амтны хүч их, шороо ус нь өвлийн эхэн амтлаг амтны хүч ихээр хүний хүч их, дунд, бага болно гэсэн байгаа нь эмийн махбод болон улирлын махбодын цаана махбодыг түшиглэн гарч ирсэн 6 амтны үйлдэл хүний биеийн хий, шар, бадганы бэлгэ чанарт нөлөөлөл үзүүлж байгаагаараа ижил төстэй байна.¹²

Зургаан улирлын өвлийн эхэн сарыг Миндүг сараас барина, гэсэн бол *ᠰᠠᠷᠠᠭᠠᠨ* -д өвлийн эхэн сарыг Го сараас барина гэсэн зөрөөтэй байгаа нь улирлыг зөв танин барих нь өвчин хурах, хөдлөх, амарлих болон оношилгоонд чухал ач холбогдолтой байдаг тул үүнийг цаашид дэлгэрүүлэн судлах шаардлагатай.

Дүгнэлт:

1. Амьдруулагч эмийн судар нь Эм заслын саран хаан бүтээлтэй агуулгын хувьд хоорондоо харилцан адилгүй бөгөөд гурван гэрийн хурж, хөдлөх, амирлах нь улирлуудын хувьд ялгаатай байна.
2. Данжуур дахь Аюурведийн анагаах ухааны бүтээл Амьдруулагч эмийн сударыг Төвдийн анагаах ухааны Эм заслын саран хаантай харьцуулсан. Амьдруулагч эмийн сударт нэг жилийг зургаан улиралд хуваан өгүүлсэн байхад Эм заслын саран

хаан бүтээлд нэг жилийг дөрвөн улирлаар өгүүлсэн бөгөөд доторх агуулга нь ч харилцан адилгүй байна.

3. Синдүра-мед эмнэлэгийг түшиглэн Уламжлалт анагаах ухааны өвчлөлийн судалгааг хийхэд дөрвөн улирлын мөн чанар дээр тулгуурлан Эм заслын саран хаан дээр ТМА хий язгуурын өвчин 28.7% (n=359), Амьдруулагч эмийн сударт ТМА хий язгуурын өвчин 13.9% (n=174) үүнээс харахад Эм заслын саран хааны дөрвөн улирлын хий хөдлөх 12, 1, 2, саруудад хүмүүний өвчлөл нь Амьдруулагч эмийн сударын зургаан улирлын хий хөдлөх 6, 7, 8, саруудаас илүү статистикийн үзүүлэлтүүдтэй илүү тохирч байна.
4. Судалгаанаас үзэхэд өвчлөлийн өнөөгийн түвшинтэй Монгол орны өнөөгийн цаг агаарын онцлог, өвчний хөдлөл зүйтэй харьцуулахад Эм заслын саран хаан дээрх өвчний хөдлөл зүйтэй таарч байна.

Ном зүй

1. Энхсүвд Б, Мөнхням Т, Чоймаа Ш. Анагаах ухааны дөрвөн үндэс. Болд Ш, редактор. Улаанбаатар: Уламжлалт анагаах ухааны 108 боть (6-р боть); 2020.
2. Батсайхан Н. Монголын уламжлалт анагаах ухаан: Зарим эх сурвалжийн нягтлан шинжлэл. Улаанбаатар; 2021. х. 103, 253.
3. Болд Ш. Монголын анагаах ухааны түүх. 4-р боть. Улаанбаатар; 2013. х. 36-49.
4. Цэрэнсодном Д. Монголын уламжлалт анагаах ухааны тайлбарт дээж бичиг. Улаанбаатар; 2013. х. 7.
5. Цэнд-Аюуш Д, Алимаа Т, Цэрэнцоо Б. Монголын уламжлалт анагаах ухааны онол. Улаанбаатар: Мөнхийн Үсэг; 2017.
6. Жигмэд Б. Монгол анагаах ухааны түүх болон эртний сурвалж бичгийн шинжилгээ.

- Улаанбаатар; 2009. х. 171.
7. Сээсрэгдорж С, Хасцэцэг Б. Эм заслын саран хаан [Магистрын судалгааны ажил]. Улаанбаатар: Анагаахын Шинжлэх Ухааны Үндэсний Их Сургууль; 2016.
8. Мөнгөнгэрэл Ш. Хий, шар, бадганы өөрчлөлтийг Монгол орны хувьд онцлон гаргах нь. Уламжлалт анагаах ухааны салбарын онол, практикийн бага хурлын эмхэтгэл (Эмнэлзүй-2023). Улаанбаатар; 2023.
9. Ганчимэг Д. Уламжлалт анагаах ухаан, биеийн өвөрчлөл, биологийн насны холбоо хамаарлыг тандах судлах нь [Бакалаврын дипломын ажил]. Улаанбаатар: Этүгэн Их Сургууль; 2021.
10. Өлзийбаатар С. Хүмүүний төрөлх өвөрмөц чанарын харьцуулсан судалгаа [Докторын диссертаци]. Улаанбаатар: Эрүүл Мэндийн Шинжлэх Ухааны Их Сургууль; 2011.
11. Үндэсний статистикийн хороо. Эмнэлэгт хэвтэн эмчлүүлсэн өвчтөний тоо, бүс, аймаг, нийслэлээр. Статистик мэдээллийн нэгдсэн сан. <https://www.1212.mn>. [Үзсэн 2023].
12. Bold M, Unenbat B, Boldsaihan M, et al. Overview of research on traditional medicinal ingredients and raw materials mentioned in the source texts of Ami barigch-5 powder medicine. J East West Pharmacol Pharm. 2025;6(1). ISSN 2521-1609.
13. Тэрбиш Л. Монголчуудын төвөд хэлээр туурвисан одон зурхайн бүтээлийн түүхийн судалгаа [Шинжлэх ухааны докторын (Sc.D) зэрэг горилсон нэг сэдэвт бүтээл]. Улаанбаатар; 1999.