www.argo-shop.com.ua == Компания АРГО == www.altermed.com.ua

Аппликаторы Ляпко

Массажеры «Фараон»

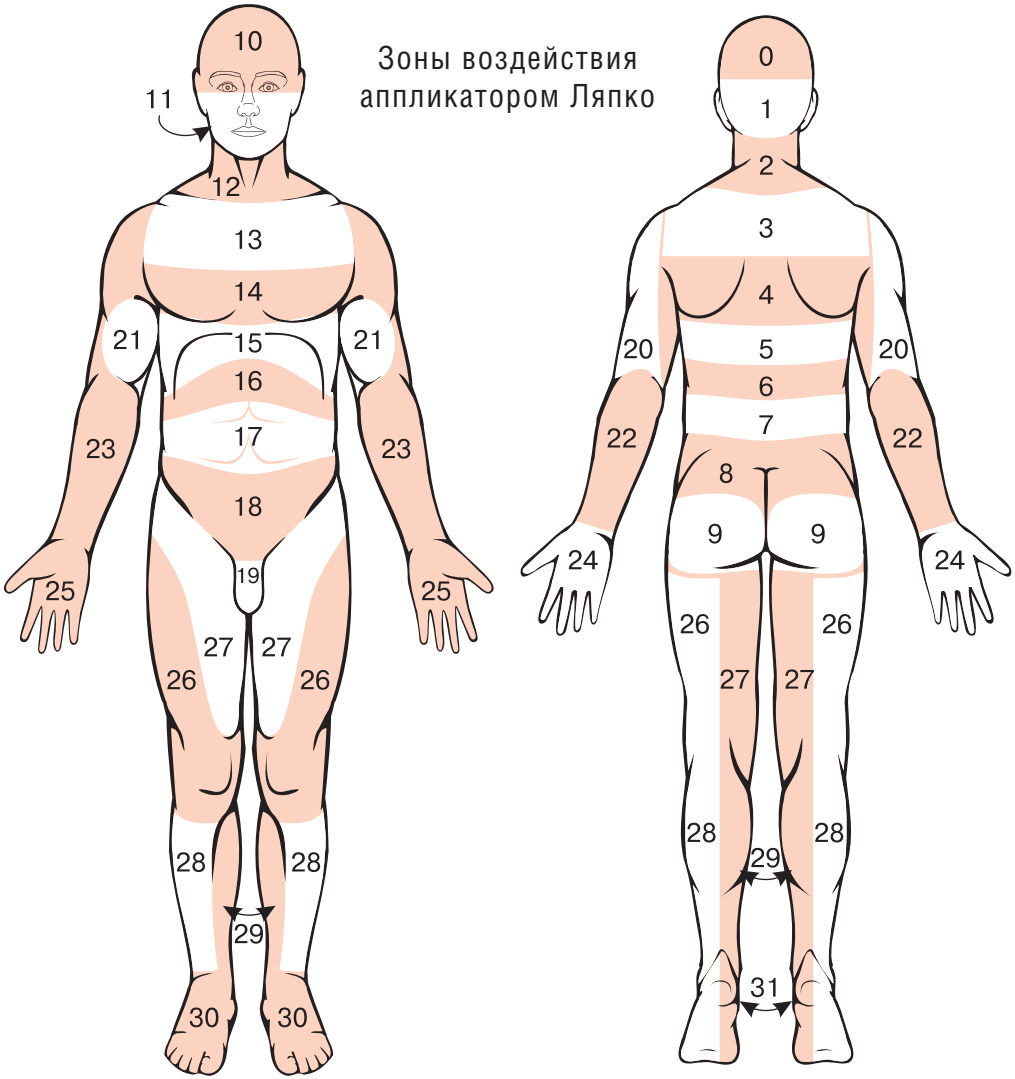
МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ КОНСУЛЬТАНТОВ КОМПАНИИ АРГО

Издание 4-е

Аппликаторы ЛЯПКО, массажеры «Фараон»
ООО «Ляпко», г. Донецк
Изготовлено эксклюзивно для Компании АРГО

Серия аппликаторов. www.argo-shop.com.ua/catalog_total.php?id_cat=45

Зоны воздействия аппликатором Ляпко



МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ В ПОМОЩЬ КОНСУЛЬТАНТУ КОМПАНИИ АРГО

Аппликаторы, разработанные врачом-рефлексотерапевтом Н. Г. Ляпко (г. Донецк), предназначены для широкого применения в комплексной терапии различных заболеваний и патологических состояний, а также как профилактическое средство для укрепления и сохранения здоровья, повышающее работоспособность и общий жизненный тонус, нормализующее сон, настроение, обмен веществ («тучные» люди теряют избыточный вес, истощенные набирают недостающий). Применение аппликаторов способствует избавлению от вредных привычек.

Аппликаторы могут применяться в условиях лечебных учреждений, в санаториях, а также самостоятельно – на дому. Аналогов в мире у аппликаторов нет, поскольку они не имеют себе равных по силе и результатам воздействия, по простоте и надежности в использовании.

Аппликаторы Ляпко известны в России, Украине, Белоруссии, Казахстане, странах Прибалтики, Америке, Западной Европе, Австралии. Гармонично воздействуя на организм, аппликатор помогает избавляться от недугов и укреплять здоровье. Огромное количество людей с успехом применяют аппликатор и восхищаются его уникальностью. Он стал верным другом и защитником здоровья, как для самых маленьких, так и для пожилых людей, он дает реальное возвращение сил, энергии, укрепляет дух и тело, ведет к здоровью.

ВОЗМОЖНОСТИ АППЛИКАТОРА ЛЯПКО

- Повышает работоспособность и жизненный тонус, нормализует сон и обмен веществ, улучшает настроение.
- Помогает в комплексной терапии и профилактике заболеваний желудочно-кишечного тракта, сердечно-сосудистой, дыхательной и нервной систем, нормализует их деятельность.
- Применяется в комплексной терапии половых расстройств; гинекологических заболеваний; способствует быстрому устранению воспалительных явлений и нарушений овариально-менструального цикла.
- Сокращает время полноценного восстановления после черепно-мозговых травм, переломов, операций, инсультов; снимает боли в позвоночнике, суставах и мышцах, а также головные боли.
- Повышает в 2–3 раза эффективность таких методов, как массаж, ушная и общая иглотерапия, мануальная и лазеротерапия, микроволновая резонансная терапия (при совместном или предварительном применении).
- Позволяет сократить прием лекарств.
- Помогает избавлению от вредных привычек (алкоголизм, табакокурение).

СИЛЫ, ЛЕЖАЩИЕ В ОСНОВЕ ДЕЙСТВИЯ АППЛИКАТОРА

Восточная медицина считает, что жизненный тонус организма зависит от двух противоположных сил – «ян» и «инь». На принципе борьбы этих сил основываются взаимоотношение органов тела между собой и их связь с кожными покровами. Биологическое равновесие в организме поддерживается благодаря уравновешиванию энергии между «ян» и «инь», а нарушение его приводит к заболеванию.

Чжу Лянь – директор Института восстановительной медицины Чжень Цзю в Китае – так объясняет механизм действия иглорефлексотерапии: «Сущность ее заключается в воздействии через определенные активные точки тела на соответствующие им внутренние органы.

Умеренное раздражение чувствительных окончаний, сосредоточенных в определенных точках кожи, мышц и других тканей, а через их посредство – нервных стволов, восстанавливает нервную регуляцию в организме, нормализует силу, подвижность и уравновешенность процессов возбуждения и торможения. И именно потому, что лечебное воздействие иглотерапии осуществляется рефлекторным путем, через нервную систему, контролирующую деятельность всего организма в целом, оно не ограничивается только областью той или иной точки или нерва, а зачастую благотворно влияет на органы, удаленные от места воздействия».

Важнейшим положением, составляющим основу метода поверхностного множественного иглоукалывания, является учение о точках и зонах акупунктурного воздействия – проекциях участков наибольшей активности системы кожно-органного взаимодействия, существование которой доказано многими исследованиями (зоны Захарьина-Геда, кожно-сегментарно-висцеральные рефлексы и др.). Точка, или зона, акупунктуры включает не только участок кожи, но и ткани, лежащие глубже – подкожную клетчатку, мышцы, нервы и сосуды. Установлено, что точки и зоны акупунктуры отличаются от окружающей кожи биофизическими характеристиками:

- более высоким уровнем электрического потенциала и емкости;
- минимальным электрокожным сопротивлением;
- более высокой температурой и т. д.

В противовес указанным, существуют «немые» зоны: с пониженной температурой, с высоким электрокожным сопротивлением, а также с нарушенным строением тканей (зоны дегенерации).

По представлениям древневосточных ученых, точки и зоны акупунктуры связаны как с внутренними органами, так и между собой. Они влияют друг на друга по законам взаимоотношений каналов (меридианов) человеческого тела, представляющих главные внутренние органы. Каналы (их 14) взаимодействуют между собой, а также с внемеридианными (внеканальными) точками и микропунктурными системами. Взаимодействие происходит и в самих микропунктурных системах – таких, как ушные раковины, стопы, кисти, зоны скальпа, микропунктурная система лица и т. д. Каналы проходят на поверхности кожи и во внутренних органах, что и обуславливает возможность влиять на процессы в организме через кожу. При этом поражение внутреннего органа ведет к изменению состояния точек (зон) на коже, и исправляться это может грамотным воздействием на кожу (средствами рефлексотерапии, массажем и многими другими способами).

Поверхностная многоигольчатая рефлексотерапия (аппликатор Ляпко) выполняет одну из важных рекомендаций классической рефлексотерапии: использовать два или более разнозаряженных металла (например, серебро-золото или медь-цинк) для более эффективного воздействия на биологически активные точки и зоны.

МЕХАНИЗМЫ ДЕЙСТВИЯ АППЛИКАТОРОВ

1. Рефлекторно-механическое действие включает поверхностное множественное иглоукалывание (рефлекторную реакцию) и массаж (механическое воздействие).

Рефлекторное воздействие игл при поверхностном множественном иглоукалывании приходится на активные точки каналов (рецепторы) и вызывает местную реакцию, выражающуюся в изменении кровенаполнения участка кожи, температуры, чувствительности, величины электрического потенциала и сопротивления. Местная реакция является источником длительной импульсации в нервные центры; возникающие

вслед за этим отраженные реакции организма, в свою очередь, влияют на состояние периферических рецепторов и тканей в зоне воздействия.

Участие в процессе вегетативной (отвечающей за внутренние органы) нервной системы обеспечивает возможность мобилизации ресурсов организма для немедленного действия: быстро усиливается деятельность сердечно-сосудистой системы, перераспределяется кровоснабжение, и кровь направляется в наиболее важные в данный момент органы и ткани; в кровь поступают вещества, способные выделять больше энергии, доставлять больше кислорода, усиливать устойчивость организма к патологическим факторам.

Массаж, в основном, действует путем механического раздражения тканей, наряду с рефлекторным действием.

2. Гальвано-электрическое действие. Организм человека представляет собой сложный биоколлоид, пропитанный электролитами и содержащий как положительные ионы (катионы), так и отрицательные (анионы). Интенсивность гальвано-электрического воздействия регулируется самим организмом, в зависимости от степени насыщения электролитом тканей (слоев кожи, подкожной клетчатки, нижележащих структур). Болезненный, воспаленный участок кожи отечен, в нем много жидкости, и реакция при соприкосновении с аппликатором происходит интенсивная, с выделением большого количества пота.

При контакте с кожей на поверхности игл аппликатора происходит множество физико-химических изменений, характерных для изменений под действием постоянного тока. В результате на иглах образуются окисные пленки, и возникает эффект гальванизации (биоэлектрического воздействия на ткани). При этом на кончиках игл возникают точечные гальванические токи максимальной величины (так как возникает разность потенциалов между основным металлом иглы и периферическим металлом покрытия, которые коротко замкнуты между собой (I–1, I–2, I–3) (рис. 1).

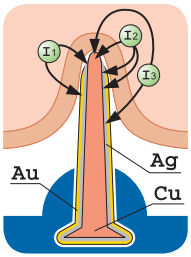


Рис. 1. Схематическое изображение электрических ионных токов, возникающих на кончиках металлических игл, покрытых другими металлами, сопровождающихся электрофорезом (диффузией) этих металлов во внутреннюю среду организма – пот, кожу, межклеточную жидкость и т. д.

Кроме того, между иглами из разных металлов в коже возникают межигольчатые гальванические токи I–4 – I–9, величина которых зависит от проводимости кожи, насыщенности ее электролитами (рис. 2).

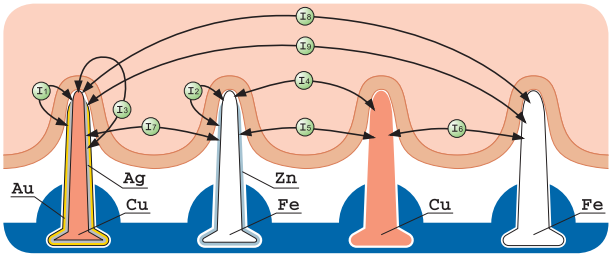


Рис. 2. Схематическое изображение электрических ионных токов, возникающих на кончиках игл и между иглами из разных металлов, сопровождающихся электрофорезом (диффузией) этих металлов во внутреннюю среду организма – пот, кожу, межклеточную жидкость и т. д.

Гальванизация улучшает обмен веществ, усиливает репаративные (восстановительные) процессы, оказывает рассасывающее действие, помогает выработке биологически активных веществ (ацетилхолина, гистамина, гепарина и др.), улучшает проведение нервных импульсов, снижает болевую и тактильную чувствительность кожи. Эти изменения проявляются в виде гиперемии (покраснения) различной степени интенсивности.

3. Гуморальное действие аппликатора выражается микроионофорезом металлов, из которых сделаны иглы (меди, цинка, никеля, железа и серебра) в жидкостную среду организма. Все эти микроэлементы играют важную роль в обеспечении нормального функционирования различных органов и систем.

Аппликатор Ляпко действует, вызывая местно-сегментарную и общую реакцию. Реакция зависит от размеров аппликатора или от зоны, обрабатываемой валиком (либо группой аппликаторов).

Проявляется повышенной температурой, кровенаполнением (покраснением), изменением электрокожного сопротивления и другими признаками.

Разные участки кожи реагируют на воздействие аппликатора по-разному, что обусловлено наличием дегенеративных процессов во внутренних органах, в позвоночнике, спинно-мозговых корешках, нервной ткани. На коже эти процессы отображаются, как в зеркале. При последующих аппликациях происходит восстановление (оздоровление) нарушенных зон. При этом мы можем видеть нормализацию цвета участков кожи, соответствующих проекции подвергшихся воздействию органов.

Норма: кожа розовая, тепло-горячая.

1-я степень повреждения (частичная компрессия, процесс относительно «свежий»): реакция на раздражение избыточна; кожа красная, температура повышена.

2-я степень повреждения (более глубокая): реакция на раздражение снижена; кожа имеет слегка розовый цвет, температура почти не изменена, чуть повышена.

Глубокое повреждение всех тканей и органов: реакция на раздражение отсутствует; температура снижена; сухая кожа истончена или рубцово изменена, имеет бледный цвет.

При воздействии аппликатором нормальная ткань остается в норме, а в измененных органах и участках кожи идут восстановительные процессы, отображаемые на кожных участках в виде нормализации цвета и других характеристик. Сила тока между иглами определяется проводимостью кожи, зависящей от концентрации электролитного состава пота и межклеточной жидкости.

Симптомы «избытка» (при свежих травмах, недавно возникшем воспалении, простудах):
- повышенная температура;
- покраснение кожи;
- отечность;
- резкая местная болезненность;
- упорные головные боли.

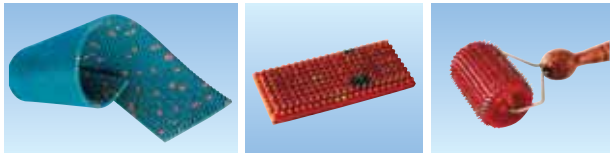
Требуют длительного воздействия аппликаторами (25–30 мин) или валиком (10–15 мин), что помогает избавляться от вредной энергии и приводит организм к норме («опускает» его).

Симптомы «недостатка» (дегенеративные застарелые процессы, последствия старых травм, радикулита):
- сниженная температура;
- бледность кожи;
- глубокое онемение («мурашки»);
- снижение (отсутствие) реакций.

Воздействие аппликаторами восстанавливает проводимость тканей, нервные волокна «пробуждаются», возрождаются. Органы «поднимаются» к норме. Следовательно, один и тот же аппликатор действует универсально: участки кожи с повышенной реактивностью, соответствующие раздраженным органам, находящимся в состоянии «избытка», он «опускает» к норме с выделением приятного мощного тепла, а полуживые, дегенеративно измененные зоны с соответствующими изменениями органов и тканей «пробуждает», «поднимает» к норме (восстанавливая утраченную функцию).

После лечения цвет кожи нормализуется, становится равномерно розовым, а пациент ощущает значительное улучшение самочувствия, исчезновение боли, повышение работоспособности и другие положительные сдвиги.

КАК УСТРОЕН АППЛИКАТОР ЛЯПКО?



Изготавливается аппликатор в виде эластичных резиновых пластин и валиков с оригинально закрепленными в них иглами из необходимых для организма металлов (цинка, меди, железа, никеля и серебра). Базовые металлы основы игл – это медные (латунные) и железные иглы, все или часть которых имеют покрытие из другого металла (свободен только кончик иглы). Могут, например, быть такие варианты: железные иглы без покрытия или с покрытием никелем или цинком; медные иглы без покрытия или с покрытием серебром. Резина – медицинского назначения. В резиновой основе вокруг игл и по краям аппликатора имеются ограничительные выступы, повышающие устойчивость и надежность крепления игл и предохраняющие кожу пациента от повреждения. «Семейство» аппликаторов объединяет множество различных по размерам, форме, шагу (расстоянии между иглами), набору металлов и способах фиксации аппликаторов.

Таблица 1. **Предлагаемые варианты аппликаторов*****

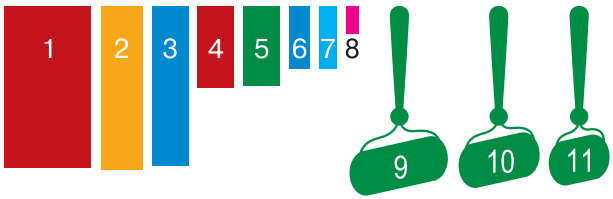
№ п/п	Наименование аппликатора, шаг между иглами (мм)	Размер ШхД (мм)	Кол-во игл (шт.)
1.	АЛ «Коврик» 6,8	250 x 465	2788
2.	АЛ «Квадро» 5,8**	120 x 470	1780
3.	АЛ «Квадро» 6,2**	120 x 470	1480
4.	АЛ «Двойной» 5,8*	105 x 460	1558
5.	АЛ «Двойной» 6,2*	105 x 460	1280
6.	АЛ «ШАНС» 4,9	105 x 235	1012
7.	АЛ «Одинарный» 5,8	105 x 230	779
8.	АЛ «Одинарный» 6,2	105 x 230	640
9.	АЛ «Спутник» 6,2	60 x 180	290
10.	АЛ «Спутник» 5,8	50 x 180	279
11.	АЛ «Малыш» 3,5	35 x 80	168
12.	Валик «Большой» 5,0	105 x ø63	570
13.	Валик «Универсальный» 3,5	70 x ø45	496
14.	Валик «Лицевой» 3,5	36 x ø45	272
15.	АЛ «Ромашка» 5,0	ø310	2194
16.	АЛ-пояс «Малыш» 3,5	6 пластин 35 x 80	798
17.	АЛ-пояс «Спутник» 5,8	6 пластин 50 x 180	1674
18.	АЛ-пояс «Волшебная лента «Здоровье» 3-сегментный 4,3	22 x 1350 и 44 x 1350	~ 4680
19.	АЛ-пояс «Волшебная лента «Здоровье» 7-сегментный 4,3	22 x 3150 и 44 x 3150	~ 10890

* Аппликатор «Двойной» можно разрезать и использовать как два аппликатора.

** Аппликатор «Квадро» можно разрезать на четыре части и использовать как четыре аппликатора.

*** Материал игл аппликаторов: Fe, Cu, Zn, Ni, Ag.

РАЗМЕРЫ АППЛИКАТОРОВ



Шаг аппликатора подбирают в зависимости от индивидуальной кожной чувствительности, которая не всегда зависит от возраста (ориентируются на комфортность ощущений при аппликациях). Детям и молодым обычно рекомендуют использовать аппликаторы с более густым шагом, пожилым – с редким.

Рекомендации по возрастным группам: 2–10 лет – 3,5 мм; 7–15 лет – 3,5 и 4,9 мм; 15–30 лет – 4,9 и 5,6 мм; 30–50 лет – 5,6 и 6,0 мм; 40 и более лет – 5,6 и 7,0 мм.

Маленькие аппликаторы применяются для длительного прикладывания, даже ношения, в местах наибольших болей, в зонах расположения наибольшего количества акупунктурных точек. Рекомендуется носить такой аппликатор под поясом, эластичным бинтом или под укрепляющей повязкой.

Назначение и механизм действия аппликаторов-пластин и валиков сходны. Показания – одинаковы. Но существуют отличия.

ОТЛИЧИЯ АППЛИКАТОРОВ-ПЛАСТИН ОТ ВАЛИКОВ

Аппликаторы-пластины предназначены для статического применения, главным образом на участки тела с большим радиусом кривизны: спина, живот, область грудной клетки, пояснично-крестцовая область, конечности, ладони и стопы. Работа с пластинами не требует помощи со стороны.

На аппликаторе нужно лежать или прикладывать его с прижимом (например, прижав тугой повязкой или положив сверху мешочек с песком). Обратите особое внимание на правильность укладки аппликатора, ведь от неё зависят эффективность воздействия и характер получаемых вами ощущений. Вам должны нравиться процедуры. При этом необходимо помнить, что чем большую площадь тела охватывают аппликаторы, тем меньше времени требуется для достижения терапевтического эффекта.

Валики – это аппликаторы для динамического применения («игольчатый душ»). Используются на всех участках тела. Эффект достигается в 2 раза быстрее, чем при применении пластинчатого аппликатора. Валик требует участия помощника при обработке спины и труднодоступных участков тела, зато удобен для воздействия на любых участках (руки, ноги, голова, лицо и т. д.). С помощью аппликаторного валика можно за 10 минут разогреть всю семью после переохлаждения. Детям очень нравится, когда их «обкатывают» валиком, они просто хохочут от удовольствия.

Длительность воздействия

В течение первых пяти минут «общения» с аппликатором относительно дискомфортные колющие ощущения переходят в комфортные ощущения мощного тепла, приятной «вибрации», покалывания; в последующем может возникнуть ощущение сонливости, общего расслабления, переходящее иногда в здоровый полноценный сон. Для обезболивающего, тонизирующего эффекта, для усиления дневной активности и трудоспособности, а также ослабленным пациентам и детям аппликатор следует выдерживать 5–15 минут; для выраженного обезболивающего и снотворного эффекта (вечером) – в течение

20–50 минут. Длительность курса 1–2 недели, а иногда и 2–3 дня.

Повторный курс возможен через 2–4 недели.

ЗАПОМНИТЕ: при дискомфорте в течение 10–15 минут аппликаторы следует убрать и применять только через 5–10 часов или на следующий день, захватывая меньшую зону. Причинами длительных дискомфортных ощущений могут быть неправильное наложение аппликаторов, т. е. неравномерность нагрузки на иглы; сползание с аппликаторов, сопровождающееся царапаньем кожи. Главное условие правильной укладки – равномерное распределение тяжести тела на всей поверхности аппликатора. Ни в коем случае не укладывайте аппликатор на абсолютно ровную поверхность. Чтобы правильно уложить аппликаторы, необходимо наиболее точно смоделировать изгибы позвоночника в шейном и поясничном отделах при помощи подушек и свернутых валиками полотенец.

Аппликаторы должны вызывать только приятные ощущения!

ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ АППЛИКАТОРОВ

Относительными противопоказаниями к применению аппликаторов и валиков являются:

- острые инфекционные заболевания;
- обострение хронических заболеваний с повышением температуры тела;
- состояние декомпенсации при заболеваниях сердечно-сосудистой системы, легких, печени, почек;
- острые тромбофлебиты;
- болезни крови и кроветворных органов в стадии декомпенсации;
- острые хирургические состояния;
- резкое похудение;
- нарушения целости кожных покровов: раны, ожоги, обморожения.

При наличии доброкачественных и злокачественных заболеваний, многоигольчатая терапия аппликаторами Ляпко применяется только для отдельных симптомов (метод анальгезирующего воздействия, снятие психо-эмоционального напряжения, улучшение сна и т. д.) и обязательно после консультации врача-онколога.

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРИМЕНЕНИЮ ПЛАСТИНЧАТЫХ АППЛИКАТОРОВ ЛЯПКО В КОМПЛЕКСНОЙ ТЕРАПИИ

- При остеохондрозе позвоночника на аппликаторы ложатся спиной, можно располагать их по всей площади и ширине шеи, спины, поясницы и тазового отдела.
- При головных болях, болях в шее, плечевом поясе, руках, в области сердца и других органов, в верхних и средних отделах грудной клетки аппликаторы следует подкладывать под голову, шею, плечевой пояс, верхние и средние отделы грудной клетки.
- При заболеваниях желудочно-кишечного тракта, почек аппликаторы кладут под средний или

нижний отделы спины и под поясницу, а для усиления эффекта – на живот, прижав их мешочками с песком.

- При болях внизу живота, в крестце, пояснице, нижних конечностях, а также при заболеваниях и нарушениях функций органов малого таза аппликаторы кладут на поясничный отдел и крестцово-ягодичную область и низ живота.

- При травмах, переломах аппликатор накладывают на отдел позвоночника, соответствующий сегментарной иннервации поврежденной конечности, на 15–30 минут, затем выше или ниже перелома.

- Для ускорения заживления и восстановления функций кишечника после операции аппликаторы укладывают выше или ниже места операции.

- При нарушении функций тазовых органов для вызывания мочеиспускания или его нормализации, а также при воспалительных заболеваниях матки, придатков, мочевого пузыря, простатитах, аденоме простаты аппликаторы кладут под поясничную и крестцово-ягодичную область.

- При простудах, хронических заболеваниях легких, бронхов аппликатором пользуются как «горчичником»; особенно выражен такой эффект у аппликатора с цинком. Зона применения: спина, шейно-воротниковая зона, передняя поверхность грудной клетки, область грудины.

- Для снятия приступа бронхиальной астмы лечь на аппликатор шейно-воротниковой зоной с захватом среднего отдела грудной клетки, а игольчатым валиком или кусочком аппликатора проводить «болезненные» прожимы верхних отделов передней поверхности грудной клетки. При этом обязательно сдерживать дыхание по методу Бутейко.

- При насморке, аллергическом или простудном рините на аппликаторе лежать зоной затылка, а маленькими аппликаторами воздействовать на область проекции гайморовых пазух.

- При артериальной гипертензии, сильных головных болях аппликаторы применяют на шейно-воротниковую зону, средний грудной отдел, зону шеи, головы, крестцовую область, стопы.

- При ИБС, стенокардии, нарушениях ритма и других заболеваниях сердечно-сосудистой системы захватывают аппликатором верхний и средний отделы грудного отдела позвоночника, зону соответствия сердцу на кисти, зону ногтевого ложа мизинца.

- При язвенной болезни желудка, панкреатите – нижний грудной и поясничный отделы позвоночника, при обострениях – выше и ниже зоны боли (спина, живот или в виде пояса).

- При варикозном расширении вен нижних конечностей зона приложения – поясничный отдел с захватом нижнего грудного отдела позвоночника и область грудной клетки справа (область печени) 15–25 минут.

- Для эффективного сжигания жировых отложений аппликатор (шаг 6,8 мм) прикладывать на 7–10 минут к зонам наибольшего ожирения поочередно и зону позвоночника – поясничный отдел – 15–20 минут.

- Токсикозы беременности ранние – зона грудной клетки, верх поясничного отдела – 10–20 минут, верх живота – 5 минут.

- При болевом синдроме в пояснично-крестцовом отделе, для улучшения кровоснабжения матки и полноценного развития плода – зоны поясничная и крестцовая; воздействие мягкое, осторожное; аппликатор с небольшим шагом (4,9–5,8 мм). Ощущения должны быть комфортными.

- Для сохранения и увеличения лактации при кормлении – верхний и средний грудной отделы спины, 15–20 минут, 1–3 раза в день.

- При маститах аппликатор укладывают на воспаленную зону молочной железы и зону среднегрудного отдела позвоночника на 10–15 минут 1–3 раза в день.

- При инсультах аппликатор накладывают на все отделы позвоночника, на конечности, начиная со здоровой стороны, область головы и шеи, обязательно завершая процедуру прожимами стоп сидя или стоя.

- При заболеваниях щитовидной железы воздействовать на шейный отдел позвоночника аппликатором или валиком. Эффективным является воздействие на дополнительные зоны: крестцово-копчиковую и зону надпочечников. Процедуру следует завершать стоянием на аппликаторе. Особое внимание следует обратить на область сочленения второй фаланги большого пальца и стопы (плюснефалангового сочленения большого пальца) – с подошвенной и с тыльной стороны ступней.

СХЕМЫ ВОЗДЕЙСТВИЯ АППЛИКАТОРОМ НА ЗОНЫ ОРГАНИЗМА ПРИ РАЗЛИЧНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЯХ

Основные зоны – те, что расположены вдоль позвоночника.

Вспомогательные зоны – усиливающие эффект воздействия аппликатора.

Головные боли, невралгия тройничного и неврит лицевого нервов, лицевые симпаталгии, нарушения слуха, зрения, зубная боль, простудные заболевания (рис. 3).

Зоны аппликаций: основные 0, 1; дополнительные 2, 10, 11; вспомогательные 3, 8, 22, 24, 25, 31 (28).

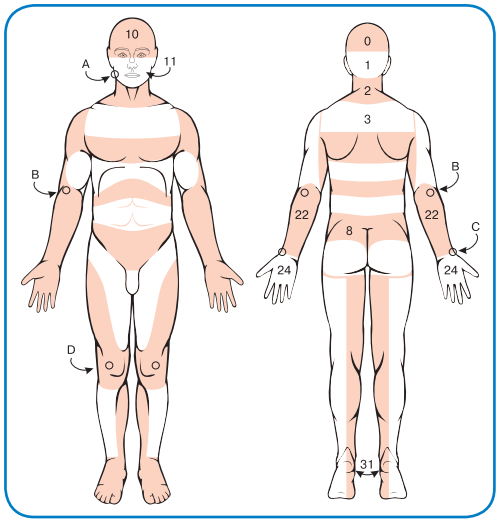


Рис. 3.

Общие рекомендации: на руках вспомогательные зоны лучше брать перекрестно. При лю-

бой боли в правой половине лица, например, в точке А: следует воздействовать на саму точку А, точку В справа, С слева и D справа маленьким аппликатором в течение 7–30 мин.

Дополнительные рекомендации. При невралгии тройничного нерва, лицевых симпатталгиях и зубной боли дополнительно применять маленький аппликатор в зонах наибольшей боли на 10–30 мин и кратковременно (2–5 мин) – на симметричные неболевые зоны. Также необходимо воздействие на мочку уха со стороны боли. Для повышения эффективности следует кратковременно (1–2 мин) воздействовать на мочку уха здоровой стороны лица. Для снятия боли после экстракции зуба воздействовать на мочку уха маленьким аппликатором, на точку В на стороне боли или на С на противоположной боли руке.

При лицевых невритах очень эффективно восстановление с помощью лицевого валика. При этом более длительно (7–10 мин) воздействуют на больную сторону лица и 3–5 мин на здоровую (воздействие начинают со здоровой стороны).

Фарингиты, ларингиты, ангины, простудные заболевания, болезни бронхов и легких, неврологические синдромы остеохондроза шейного и грудного отделов позвоночника, шейно-плечевая плексопатия, неврозы, артриты, невриты, невралгии верхних конечностей (рис. 4).

Зоны аппликаций: основные 2, 3; дополнительные 1, 4, 12, 13; вспомогательные 20, 22, 28, 31.

Общие рекомендации. Применяя аппликатор, берут основные, дополнительные и болевые зоны, но при очень выраженных болях следует накладывать аппликаторы выше или ниже болевой зоны или на стороне, противоположной болевой зоне. Время экспозиции 10–30 минут.

Особенно при простудах и бронхиальной астме возможны длительные наложения маленьких аппликаторов перекрестно. Например, в точку D слева, в точку С справа, В слева, в центр зоны А и Е или F (рис. 4).

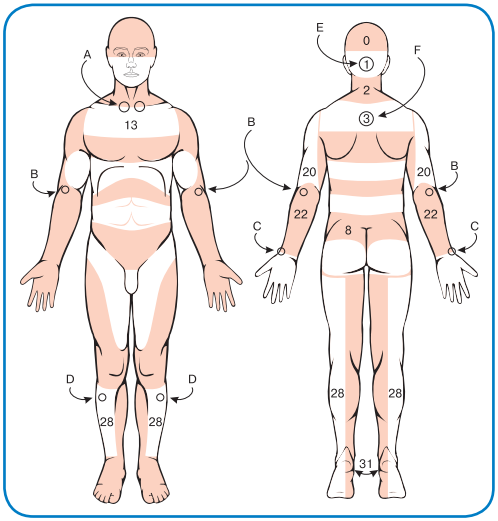


Рис. 4.

Все заболевания органов дыхания, особенно аллергического характера, нуждаются в коррекции дыхания. Это управление дыханием в сторону уменьшения его интенсивности, сдерживания, перевод в дыхание бесшумное, невидимое. Для этого наиболее подходят метод К. П. Бутейко, пранаяма из системы йоги (с длительными паузами после вдоха и выдоха), дыхание через аппарат Фролова, дыхание под плотным одеялом. Все эти методы направлены на сохранение и накопление углекислого газа (CO_2) до нормальных величин около 7 % в составе крови. Эта концентрация CO_2 под-

держивается в крови здоровых людей, и только при таких условиях кислород воздуха (O_2) полностью доставляется всем тканям организма. 6,5–7 % CO_2 по отношению к другим газам в крови – это состояние максимальной жизненной активности всех органов и систем защиты организма человека.

Дополнительные рекомендации. При простудных заболеваниях, хронических болезнях бронхов и легких аппликатором пользуются как горчичником. Лечение всегда завершается аппликацией стоп. Стопы перед аппликацией следует разогреть, сделать их сухими и горячими, для этого 3–7 раз в день воздействовать валиком или стоять на аппликаторах по 5–10 минут. Можно поставить ноги на аппликатор, сидя на стуле, одновременно нажимая стопами на аппликатор. Для закрепления эффекта полезно утром и на ночь использовать горчицу, мед, а также втирать мази на камфорной основе в смеси с твердым животным жиром в сочетании с одновременным массажем стоп.

Для снятия приступа бронхиальной астмы следует лечь на аппликатор основной зоной (1, 2, 3), а аппликаторным валиком или маленьким аппликатором проводить чувствительные («болезненные») прожимы верхних отделов передней поверхности грудной клетки в зонах 12 и 13 в течение 10–20 минут. При этом необходимо сдерживать дыхание или хотя бы дышать с длинным выдохом через сжатые губы.

При насморке, аллергическом или простудном рините на аппликаторе лежать зоной 1 или носить его прибинтованным к затылку 2–5 раз в день по 10–20 минут, помимо вышеуказанной методики.

При выраженных, не унимающихся болях вследствие невралгии верхних конечностей прикладывать аппликатор (а лучше – работать валиком) на симметричных зонах здоровой конечности.

Стенокардия, кардиалгии, остеохондроз (а также радикулиты, миозиты, невралгии) среднего и грудного отделов позвоночника; бронхиты, маститы, слабая лактация у кормящих матерей (рис. 5).

Зоны аппликаций: основная 4; дополнительные 3, 5, 13, 14; вспомогательные 21, 23, 25, 29, 31.

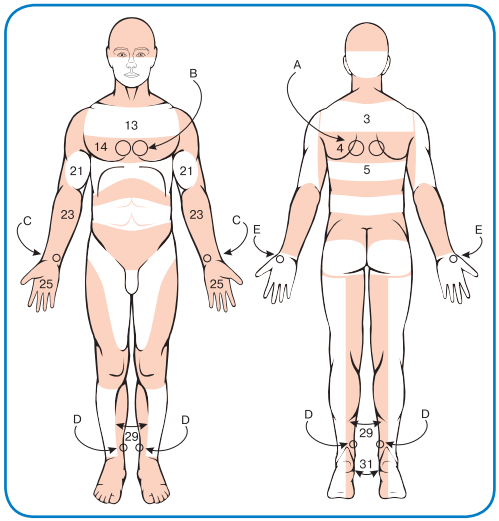


Рис. 5.

Общие рекомендации. Применять аппликаторы на зоны 3 и 4 в течение 15–20 минут с кратковременным прожиманием передней поверхности грудной клетки справа или слева (выборочно), а также прожимать маленьким аппликатором внутренние поверхности запястий попеременно.

Дополнительные рекомендации. Кардиалгии (боли в области сердца), как правило, сопровождаются остеохондрозом шейного или грудного отделов позвоночника. Воздейство-

вать нужно на болевые точки в области грудной клетки и паравертебрально вдоль грудного отдела позвоночника, а также маленьким аппликатором или валиком в зонах проекции кистей и стоп. С целью потенцирования воздействия в рецептуру необходимо включать симметричные точки и зоны противоположной стороны. Например, зона боли слева – прикладывать справа.

Стенокардия проявляет себя приступами болей за грудиной или в области сердца сжимающего, давящего характера, отдающих чаще в левое плечо, руку, шею. Для купирования приступа необходимо использовать маленький аппликатор на зону околоногтевого ложа мизинца, вначале слева, а затем справа, зону соответствия сердцу на кисти и стопе (Су Джок терапия). Для профилактики и в комплексной терапии стенокардии аппликаторы применяют на шейный и среднегрудной отделы позвоночника, зоны предплечий, кисти и стопы. Возможно также ношение маленьких аппликаторов перекрестно, например, в точке А слева, т. В слева, т. С слева, т. Е справа, D слева, и наоборот. Возможна дополнительная обработка валиком этих же зон.

У кормящих матерей при маститах аппликатор накладывают на воспаленную зону молочной железы и зону 4 на 10–15 минут 1–3 раза в день. Валиком эту зону можно обрабатывать в течение 5–7 минут 1–3 раза в день. Длительно воздействовать на область уплотнения молочной железы у кормящих матерей можно маленькими аппликаторами, зафиксировав их эластичным бинтом на 30–60 минут.

Обращаем Ваше внимание на то, что при обнаружении любого локального уплотнения или необычного образования молочной железы необходимо показаться врачу для постановки диагноза и рекомендаций по лечению!

Гипертония (25–30 мин), гипотония (8–10 мин), восстановление после инсультов (рис. 6).

Зоны аппликаций: основные 1, 2, 3; дополнительные 0, 4 (14); вспомогательные 7, 25, 28, 29, 31.

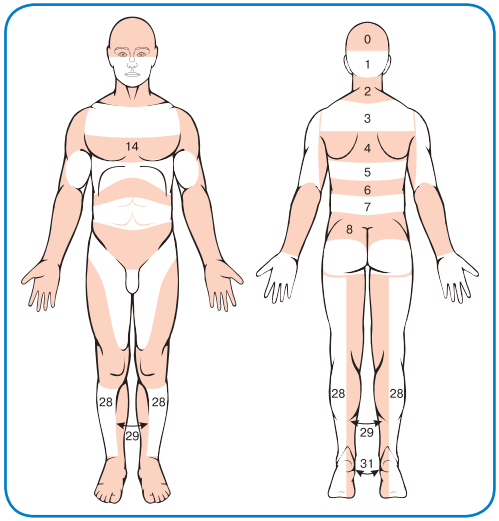


Рис. 6.

Общие рекомендации. Все заболевания связаны с состоянием позвоночника. Шейный остеохондроз может сопровождаться головными болями, гипертензией (склонностью к повышению давления) или гипотензией (склонностью к понижению давления). При артериальной гипертензии (гипертонии) воздействовать на болевые зоны 1, 2, 3 (рис. 4) длительно, 20–30 минут, постепенно захватывая все большую площадь (паравертебральные точки вдоль позвоночника, крестцовая область, голени, стопы).

При артериальной гипотензии (гипотонии) воздействовать на ограниченную площадь зон 1, 2, 3 короткое время, 5–10 минут. Если в области

затылка, головы, шеи есть зоны или точки выраженной боли, на них следует воздействовать аппликатором 20–30 минут или фиксировать маленькие аппликаторы на 30–60 минут.

Для более быстрого восстановления после инсультов аппликаторы применяют на все отделы позвоночника, на конечности, область головы и шеи. Начинать сеанс необходимо со здоровой стороны. Процедуру необходимо завершать прожимами стоп сидя или стоя.

Дополнительные рекомендации. При гипертонической болезни начинать воздействие можно, обкатывая стопы и икроножные мышцы валиком в течение 2–5 минут или аппликаторами 7–10 минут. Затем длительно, 10–15 минут валиком или 20–30 минут аппликатором воздействуют на основные зоны 2, 3, 4, вовлекая постепенно выше- и нижеуказанные зоны 0, 1, 5, 6, 7, 13, 14.

Для усиления оттока крови от головы и более эффективного снижения артериального давления завершить сеанс лечения аппликациями на икроножные мышцы и стопы (валик 2–5 минут, аппликатор 5–10 минут).

Повышает эффективность лечения гипертонии и гипотонии регулирование дыхания в сторону его сдерживания, замедления по методу К. П. Бутейко, асаны и пранаяма из системы йоги и др. (см. выше). Если при гипертонии воздействие на верхний отдел позвоночника неэффективно, нужно короткое время (7–10 мин) воздействовать на крестцовую зону, зону надпочечников и завершить сеанс 3–5-минутной аппликацией стоп.

В случае гипотонии берутся те же зоны, но на короткое время (3–5 минут) до появления бодрости, повышения общего тонуса (достижения комфортности ощущений) – тонизирующий метод.

При высоком давлении (гипертонии) аппликатор Ляпко рекомендуется применять параллельно с медикаментозным лечением.

Заболевания пищевода, верхних отделов желудка, печени, желчного пузыря; неврологические синдромы остеохондроза нижнего грудного отдела позвоночника (а также миозиты, радикулиты в этом отделе), ожирение (рис. 7).

Зоны аппликаций: основная 5; дополнительные 6, 15, 16, 17; вспомогательные 21, 23, (25), (28), 29, 30, 31 (26 – при ожирении).

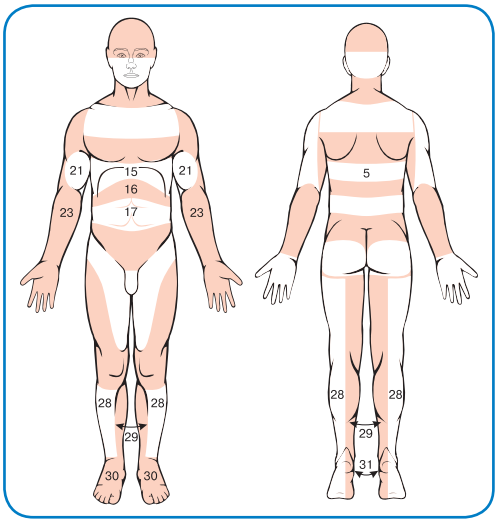


Рис. 7.

Общие рекомендации. При патологии желчевыводящих путей, пищевода, желудка, сопровождающейся пониженным питанием, дискинезиями и другими симптомами недостаточности пищеварительной системы, рекомендуется воздействие аппликатором или валиком на живот, спину, поясницу проводить после еды для улучшения усвояемости пищи и нормализации работы органов пищеварения.

При ожирении воздействие чаще проводят на голодный желудок или перед приемом пищи. Такое применение аппликатора снижает аппетит и включает механизм сжигания ненужных запасов жира, переводя его в деятельную энергию, необходимую организму.

При остеохондрозе нижнегрудного отдела позвоночника (гепатитах, холециститах) достаточно бывает воздействия на зоны 5, 6, 15, 16, 17, а иногда еще на наружную поверхность 26–28 зон (колено или наружная лодыжка), а также воздействие на зону 22, вверх по локтевой стороне.

При выраженных обострениях не применять аппликатор на основные зоны боли, а использовать прилегающие к ним зоны, например, выше или ниже.

Дополнительные рекомендации. При почечной, печеночной коликах; воздействие на 5–6 зоны (зоны иннервации) малым аппликатором или валиком (симптомы при этом: урчание, что свидетельствует об активации перистальтики, затем комфортное состояние, боли уходят).

При желудочной патологии, патологии пищевода, печени, секреторной недостаточности желудка – воздействие кратковременное (5–7 мин). Больший акцент на болевые точки зон 15–16 (эпигастрий) и 5–6. Воздействие проводить до появления комфортных ощущений.

Вспомогательные точки: низ 23-й зоны справа (на руках), низ 29-й зоны слева и наоборот.

Язвенная болезнь желудка и 12-перстной кишки, заболевания тонкого кишечника и почек, почечная колика, ожирение (рис. 8).

Зоны аппликаций: основные 6, 7; дополнительные 5, 8, 17, 18; вспомогательные 23, 27, 29, 31.

Общие рекомендации. Язвенная болезнь желудка и 12-перстной кишки чаще сопровождается гиперсекрецией желудочного сока. Воздействие длительное – 20–30 минут.

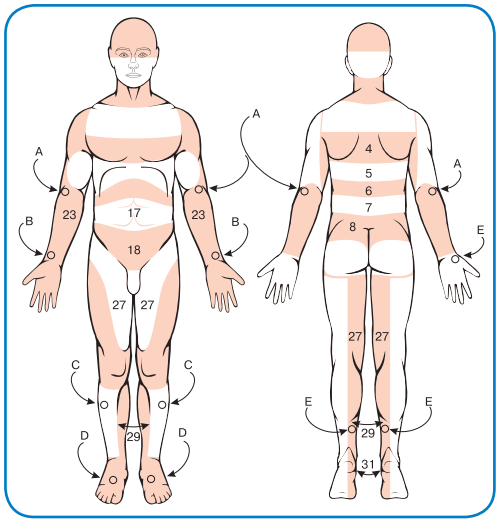


Рис. 8.

Если болевой синдром выражен, аппликатор прикладывают на область спины выше и ниже проекции болей. На зоны 17–18 можно фиксировать маленькие аппликаторы или аппликаторные пояса на 30–40 мин. Можно обрабатывать эти зоны валиком 10–15 мин.

Главное условие – переход к комфортным ощущениям, уход болей. Если этого нет – переходить на другие зоны, отдаленные: стопы, внутренняя поверхность зон 29 (лодыжки) и зоны 23–25 (кисти) до исчезновения болей.

Иногда эффективна обработка шеи, затылка, лица (зоны 1–2).

Неврологические симптомы остеохондроза пояснично-грудного отдела позвоночника (а также миозиты, радикулиты), ожирение (рис. 9).

Зоны аппликаций: основные 6, 7; дополнительные 8, 17, 18, 27; вспомогательные 22, 26, 28, 30, 31.

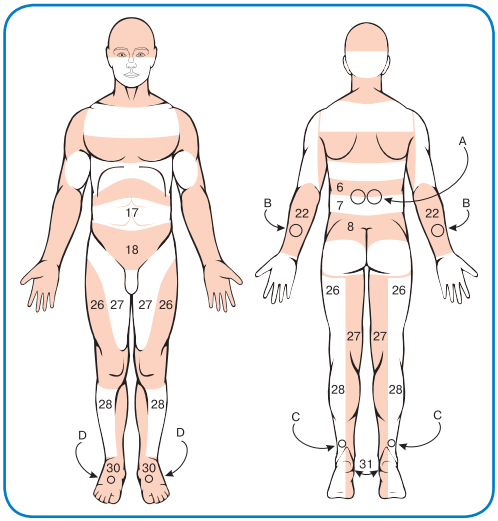


Рис. 9.

Общие рекомендации. При неврологических симптомах остеохондроза позвоночника чаще всего ложатся спиной на аппликаторы, расположенные вдоль всего позвоночника. При хорошей переносимости аппликаторы можно расположить по всей площади и ширине шеи, спины, поясницы и тазового отдела.

При болях в пояснично-грудном отделе позвоночника аппликаторы подкладывают под эти отделы (зоны 6, 7), а дополнительно для усиления эффекта размещают аппликаторы под руки, под ноги или на соответствующие участки грудной клетки, живота, прижимая их мешочками с песком. При выраженной боли, например, в точке А справа, рекомендуется дополнительная обработка валиком, втирание кремов «Эсобел», «Флорента», а затем ношение маленьких аппликаторов прибинтованными, например, в точке А справа, В слева, С справа, D слева или справа и наоборот (рис. 9).

Дополнительные рекомендации. При неврологических симптомах остеохондроза пояснично-грудного отдела позвоночника наиболее эффективным является комплексное лечение. Так, металлоаппликацию указанных зон и точек рекомендуется сочетать с применением кремов, с обычным массажем или массажем с помощью массажера «Фараон».

Периодически можно проводить дополнительную обработку болевых и прилегающих зон с помощью аппликаторного валика, а также длительно носить маленькие аппликаторы в точках максимальной боли (поясничная область, по ходу седалищного нерва) – зоны 26–28, 7, 8.

Иногда целесообразно аппликацию сочетать с несколькими сеансами мануальной терапии у специалиста, владеющего этим методом.

При артритах, артрозах верхних конечностей рекомендуется прибинтовывание аппликатора на 10–15 минут к зонам воспалительных явлений.

Хронические старые радикулиты с выпадением функций предполагают длительную комплексную терапию, в течение нескольких месяцев, по 3 курса, с перерывами на 1–2 недели с использованием мази типа «Флорента», обезболивающих средств, физиопроцедур с кремами «Эсобел», «АРТРО-хвоя», «Раритет», «АргоВасна «Сирень».

При наличии зон онемения хорошо проходить валиком 5–6-ю зоны и зоны рук, ног, шеи.

При избытке веса, ожирении, целлюлите – обработка больших поверхностей туловища и ног. Аппликации на зоны 5, 6, 7, 8 (15–20 мин), желательно до еды и дополнительно – зоны 15, 16, 17, 18. Критерий завершения воздействия – ощущение появления тепла в желудке. Затем выпить воды (фильтрованной) и принять Нутрикон или Литовит, Каталитин или Хитолан.

Дополнительные рекомендации при остеохондрозе пояснично-грудного, пояснично-крестцового отделов позвоночника:

- ношение и прикладывание аппликаторов небольших размеров (пробников) в местах наибольших болей (поясница, седалищный нерв) зоны 26–28, 7–8;
- кратковременное воздействие на симметричную зону противоположной ноги – зоны 26–28 слева;
- нужно искать болезненные зоны на стопе или на животе; длительно носить на животе, приложенным к найденной болезненной зоне, малый аппликатор или пробник.

При ожирении лучше взять большой валик и интенсивно катать им по всему телу.

При патологии внутренних органов, сопровождающейся ожирением, накладывать аппликатор на зоны голеней, бедер (27–29), предплечья, плеча (21–23).

Для устранения конкретных участков избыточной жировой клетчатки дополнительно воздействовать валиком 3–5 минут на каждую зону до появления приятного тепла и гиперемии.

При явлениях целлюлита после воздействия валиком (5–7 мин) втереть мазь («Венорм», «Флорента») и опять кратковременно пройтись по всем зонам валиком. Обязательно в течение дня воздействовать на 5–6-ю зоны (на спине) 2–3 раза в день.

Неврологические симптомы остеохондроза пояснично-крестцового отдела позвоночника (а также радикулиты, миозиты в этом отделе) (рис. 10).

Зоны аппликаций: основные 7, 8; дополнительные 9, 18; вспомогательные 22, 26, 28, 30, 31.

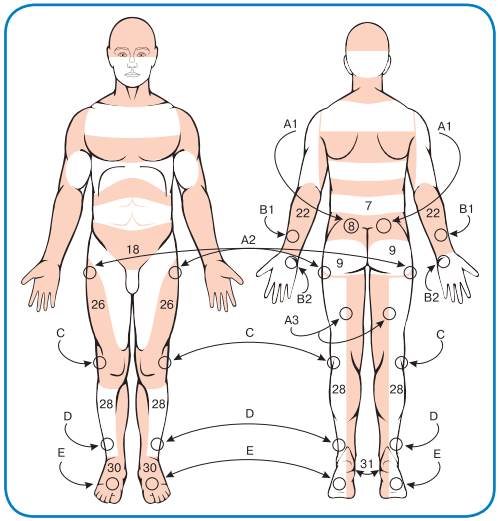


Рис. 10.

Общие рекомендации. При неврологических симптомах остеохондроза пояснично-крестцового отдела позвоночника на правильно уложенные аппликаторы ложатся поясницей, располагая аппликаторы вдоль всего позвоночника. При хорошей переносимости аппликаторы можно располагать по всей площади и ширине спины, поясницы и тазового отдела. Например, при выраженных, затянувшихся болях слева в точке А1, или А2, или А3 (рис. 10) в первые дни не рекомендуется воздействовать на эти точки; целесообразно воздействовать на противоположные или другие, нижележащие зоны: вначале прово-

дим аппликацию А1, А2, А3 + С справа, а через 2–3 дня воздействуем на все зоны 20–40 минут с помощью аппликатора и 10–15 минут с помощью валика.

В промежутках между сеансами хороший эффект может дать ношение в течение 1–3 часов маленьких аппликаторов в зонах А1, А2, А3 слева, В1 справа, В1 слева, D справа, Е слева (рис. 8).

При остеохондрозе пояснично-грудного, пояснично-крестцового отделов позвоночника желательно ношение и прикладывание аппликаторов небольших размеров (пробников) в местах наибольших болей (поясница, седалищный нерв) – зоны 26–28, 7–8.

Хорошо кратковременно воздействовать на симметричную зону противоположной ноги – зоны 26–28 слева, зоны соответствия на кистях и стопах (методика Су Джок терапии).

Дополнительные рекомендации. При болях внизу живота, в крестце, в пояснице, нижних конечностях, а также при заболеваниях и нарушении функций органов малого таза аппликаторы кладут на поясничный отдел, крестцово-ягодичную область – зоны 7, 8, 9 (рис. 8) на 15–30 минут. Усилить эффект можно, одновременно положив аппликатор под голени. Завершить сеанс лучше аппликацией стоп (5–10 минут).

При пояснично-крестцовом радикулите успех лечения зависит от подхода (он должен быть комплексным) и выбора точек и метода воздействия.

Мочекаменная болезнь, почечная колика, колиты, запоры, помощь в сохранении беременности (мягкое воздействие) (рис. 11).

Зоны аппликаций: основные 6, 7, 8; дополнительные 9, 18; вспомогательные 23, 27, 29, 31.

Общие рекомендации. При мочекаменной болезни, почечной колике, колитах, запорах рекомендуется обязательное сочетание применения аппликаторов на область спины, на основные зоны 6, 7, 8 (рис. 11) с одновременным воздействием с помощью маленького аппликатора или валика на область живота, зоны 18, 17, 16, которые наиболее быстро помогают достичь эффекта – снятия болевого синдрома, устранения вздутия, напряжения живота, нормализации перистальтики.

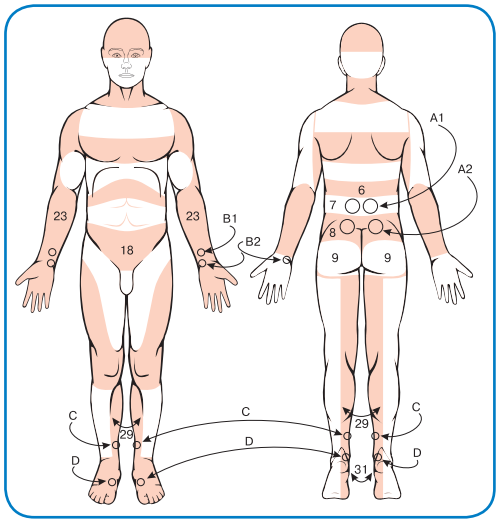


Рис. 11.

Дополнительные рекомендации. При мочекаменной болезни, почечной колике аппликатор можно положить на горячую грелку, на зоны 6–7, воздействуя при этом валиком по ходу иррадиации болей на переднюю поверхность живота – до их исчезновения. Еще обработать внутренние поверхности голеней и бедер. Целесообразно параллельно употреблять пищевые добавки соответствующего назначения – «Литовит-У», «Нутрикон-Фито» и др.

После оперативного вмешательства для ускорения заживления и восстановления функции кишечника рекомендуется аппликаторы укладывать выше и ниже места операции (прижав их мешочками с песком), одновременно или предварительно полежав на них соответствующей зоной спины, поясницы или крестца.

При отсутствии противопоказаний, для еще более эффективного «включения» кишечника можно полежать на аппликаторе всем животом или соответствующей зоной живота 15–20 минут (так же поступают при запорах и других дискинезии и атонии кишечника).

Для сохранения беременности, а также для улучшения условий ее развития рекомендуется применение металлоигольчатых аппликаторов с мелким шагом (3,5–4,9 мм). Ощущения при этом обязательно должны быть комфортными. Аппликаторы и валики используются на паравертебральные зоны, зоны предплечий и голеней, а также кисти и стопы. Воздействие валиком должно быть мягким и деликатным.

При ранних токсикозах беременности (рвота, тошнота) аппликатором или валиком воздействуют на область верхних отделов поясницы (зона 6), зону выше пупка (зона 16), низ грудной клетки (зона 15) в течение 10–20 минут, кисти и стопы – 3–5 минут.

Для снятия болевого синдрома в пояснично-крестцовом отделе у беременных, улучшения кровоснабжения матки и полноценного развития плода рекомендуется воздействовать на зоны 7, 8, 9. Воздействие должно быть мягким, осторожным, аппликатор густой или обычный, возможна укладка аппликатора на тонкую пеленку на 10–15 минут. Рекомендовано легкое, щекочущее воздействие на область живота с помощью валика, устраняющее боль и снимающее спазмы мышц живота и матки.

Заболевания органов малого таза, воспаление матки и придатков, циститы, уретриты, простатиты, сигмоидиты, геморрой, трещины ануса, импотенция, фригидность, ночной энурез (рис. 12)

Зоны аппликаций: основные 8, 9; дополнительные 7, 18, 19; вспомогательные 27, 29, 30, 31, (23, 25).

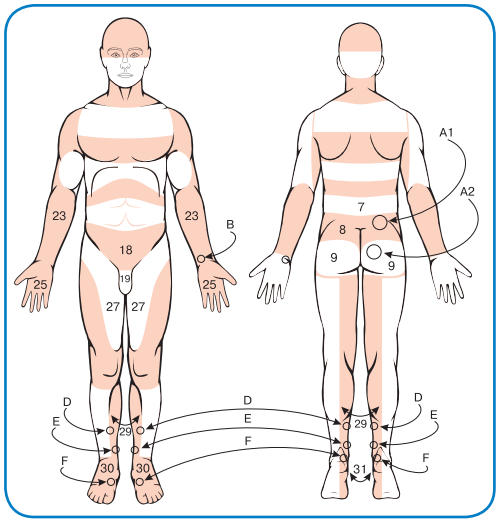


Рис. 12.

Общие рекомендации. Эффективно сочетание статических аппликаторов с валиками или маленькими аппликаторами для проведения прожимов нижних отделов живота, а также длительного ношения (от 1 до 3 часов) в зонах A, B, C, D, E, F, G в различных сочетаниях.

Для лечения рассматриваемой патологии особенно необходим комплект из статических аппликаторов, валика и маленьких носимых аппликаторов.

Дополнительные рекомендации. При нарушении функций органов таза для вызывания мочеиспускания или его нормализации аппликаторы кладут на 10–20 минут под поясничную и крестцово-ягодичную область (зоны 7, 8, 9). Усиливается эффект одновременным или последующим прижатием аппликатора к низу живота на 5–10 минут или обработкой зоны валиком (3–5 мин). Такая же методика может быть применена при воспалениях матки, придатков, мочевого пузыря, при простатитах, аденоме простаты.

Для усиления эффекта и улучшения функций мочевыделительных органов, а также при при простатитах и аденоме простаты необходимо сесть на маленький аппликатор промежностью (зоной между анальным отверстием и мошонкой) на 5–15 минут. Впоследствии этот аппликатор должен применяться только для этой зоны.

Для воздействия при ночном энурезе у детей основные зоны – это низ живота, крестцово-ягодичная область, внутренняя поверхность голеней, бедер. Воздействие с помощью аппликатора 10–15 минут, с применением валика 5–7 минут.

Аллергия, нейродермит, кожный зуд (рис. 13)

Зоны аппликаций: основные 3, 5; дополнительные 6, 15, 12; вспомогательные 22, 28, 30, 31.

Общие рекомендации. При вышеуказанной патологии в зонах A, B, C, D, E, F, G, H, L, M, O (рис. 13) возможно длительное применение (1–2 часа) 2–4 аппликаторов попеременно, поочередно или перекрестно (один–два слева, один–два справа). Лучше сочетать точки спины, шеи, затылка с точками задненаружных поверхностей рук и ног. На следующий день использовать точки груди, живота с точками передневнутренних поверхностей рук и ног.

Рекомендуется одновременное применение препарата «Литовит-М» внутрь и «Рициниол», «Целитель», «АргоВасна «Прополис» наружно.

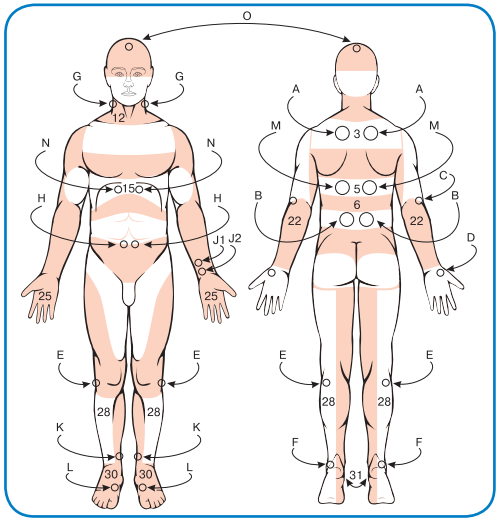


Рис. 13.

Дополнительные рекомендации. При лечении любых аллергических заболеваний обязательно следить за дыханием и стремиться его уменьшить, используя метод К.П. Бутейко, систему йоги и др.

Для профилактики рекомендуем бег трусцой с коррекцией (замедлением) дыхания. Например, во время бега 6(8) шагов длится вдох, 6(8) шагов выдох, 6(8) шагов – пауза (задержка дыхания), и так 4(6) циклов, затем 100–250 м произвольное, очень тихое, поверхностное неинтенсивное дыхание, и т. д.

Во время такого бега идет повышенное (в 2–3 раза больше обычного) потоотделение. Вместе с потом из организма удаляются токсические вещества, создающие раздражения рецепторов. При этом следует отметить, что скорость бега

должна составлять не более 70–80 % физических возможностей бегущего. Самочувствие при правильном дыхании и оптимальной скорости должно быть комфортным.

Травмы и переломы верхних конечностей (рис. 14)

Зоны аппликаций: основные 2, 3; дополнительные 4, 13; вспомогательные 20, 22, 24, (28, 30).

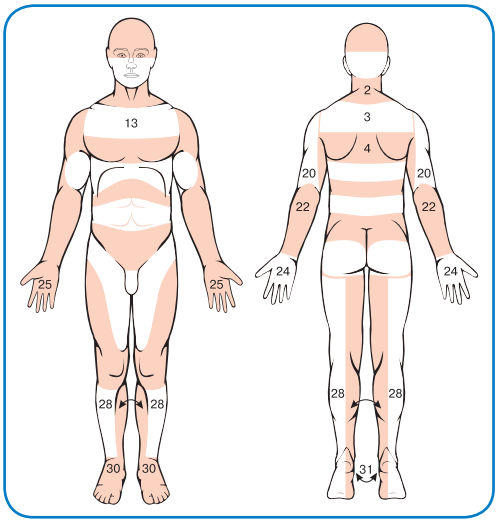


Рис. 14.

Общие рекомендации. При переломах на стороне перелома воздействуют на все свободные поверхности рук выше и ниже места перелома (области, закрытой гипсовой лангетой). Обработка может проводиться как аппликатором, так и валиком. Длительность воздействия на стороне перелома в 2 раза больше, чем на здоровой руке. Например, воздействие с помощью статических аппликаторов в течение 15–20 минут на шейно-воротниковую зону и на больную руку, 5–7 минут – на здоровую руку. При травмах – та же методика.

Дополнительные рекомендации. Хороший результат дает кратковременное воздействие на симметричные зоны здоровой конечности, зоны соответствия на кистях и стопах. При обнаружении с помощью лицевого или универсального валика болевых и других зон и точек необычной чувствительности на них следует устанавливать маленькие аппликаторы на 1–2 часа. Значительно ускоряют процессы срастания кости медные и цинковые иглы аппликатора. Целесообразно применение мумие внутрь и наружно (в растворе) на область перелома.

Травмы и переломы нижних конечностей (рис. 15)

Зоны аппликаций: основные 7, 8; дополнительная 18; вспомогательные 26, 28, 30, (22, 27, 29).

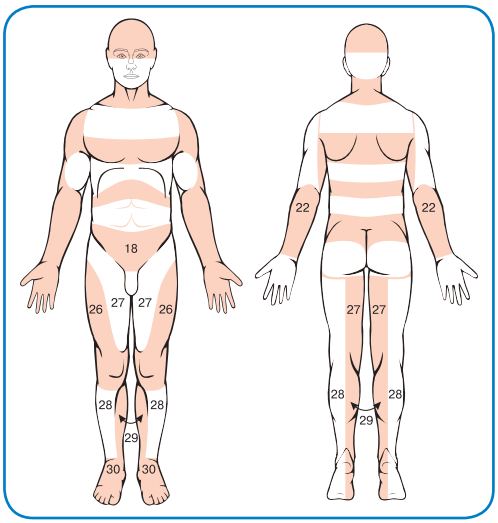


Рис. 15.

Общие рекомендации. При переломах воздействуют на стороне перелома на все свободные поверхности ног выше и ниже места перелома (области, закрытой гипсовой лангетой). Обработка может проводиться как аппликатором, так и валиком. Длительность воздействия на стороне перелома в 2 раза больше, чем на здоровой ноге. Например, воздействуем в течение 15–20 минут статическими аппликаторами на пояснично-крестцовую зону и на больную ногу, а на здоровую ногу – 5–7 минут. Та же методика – при травмах.

Дополнительные рекомендации. При травмах, переломах аппликатор помещают на отдел позвоночника, соответствующий сегментарной иннервации поврежденной конечности на 15–30 минут, а затем выше или ниже места перелома на 15–30 минут. Если зона травмы, перелома доступна, то и на нее воздействуют 15–20 минут аппликатором или 10–15 минут валиком. Для усиления эффекта аппликатором или валиком периодически, по 3–5 минут, раздражают на здоровой конечности зону, соответствующую месту перелома на больной конечности.

Сахарный диабет (рис. 16)

Зоны аппликаций: основные 5, 6; дополнительные 16, 17; вспомогательные 1, 2, 23, 29, 31.

Общие рекомендации. Помимо указанных зон применения аппликаторов и валиков, довольно эффективным является длительное ношение (30–60 мин) маленьких аппликаторов в зонах A, B, C, D (можно перекрестно, чередуя через день стопы). Например, A1, A2 справа, B справа, C справа, D слева, а на следующий день – наоборот. Потенцирование эффекта и стабилизация результатов наиболее выражены при сочетании аппликаций с «Литовитом-О» и «Нутриконом».

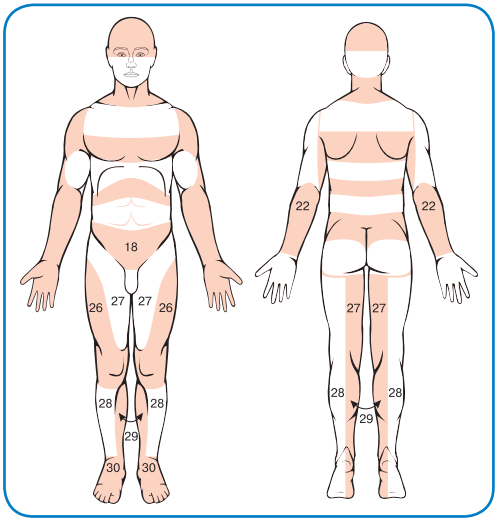


Рис. 16.

Дополнительные рекомендации. При сахарном диабете аппликация хорошо дополняет инсулинотерапию, при этом возможно снижение доз инсулина под контролем уровня глюкозы в крови и после консультации врача.

КАК РАБОТАТЬ С АППЛИКАТОРАМИ?

Плоские статические аппликаторы используются для воздействия на основные (0–7) и дополнительные (20–27) зоны и стопы (17) в течение 10–30 минут. Динамические аппликаторы – валики – используются для абсолютно любых участков тела (спины, живота, головы, рук, ног, лица) – как для диагностики, так и для терапии. Как с помощью аппликатора, так и с помо-

щью валика можно за короткий срок снять любую боль, восстановить работоспособность, перевести нервную систему из стрессового состояния в нормальное, получить терапевтический эффект при различных патологических состояниях.

В 80–90 % случаев необходимо воздействовать на ту зону, которая беспокоит, а для повышения эффективности следует воздействовать на дополнительные или вспомогательные зоны. Дополнительные и вспомогательные зоны необходимо использовать, если воздействовать на основную зону невозможно по ряду причин. Дополнительные зоны могут находиться в участках, противоположных по расположению к основным. В общей методике применения всегда нужно брать главную зону (область позвоночника), а также желательно воздействовать на стопы.

При правильном выборе аппликатора и его правильной укладке относительно дискомфортные ощущения через 3–5 минут переходят в приятное тепло, вибрацию, способны вызвать состояние приятной сонливости, переходящее в полноценный здоровый сон. Ощущения от воздействия валиком при правильном его использовании всегда только приятные.

Для повышения работоспособности и поднятия жизненного тонуса (утром, днем) воздействуют 7–10 минут аппликатором или 3–7 минут валиком. Для достижения хорошего снотворного эффекта на ночь или днем воздействуют аппликатором в течение 20–30 минут и более или валиком 8–15 минут, в зависимости от индивидуальных ощущений.

При сильно выраженном болевом синдроме воздействие начинают с рядом лежащих или симметричных зон. Например, при сильных головных болях воздействуют на крестцово-копчиковую область, стопы, либо работают совместно с основной зоной (шея и голова).

ОБЩИЕ МЕТОДИКИ

- Воздействие статическими плоскими аппликаторами чаще проводится на основные зоны спины, поясницы, крестцовой области, груди и стопы в течение 10–30 мин.
- Аппликаторными валиками воздействуют на всех участках тела в течение 5–15 мин.
- Маленькие аппликаторы носят под шапочкой или поясом, эластичным бинтом в течение 0,5–3 ч.
- Маленькие аппликаторы («скорую помощь») применяют 1–3 раза в течение дня и в экстренных случаях – для снятия боли, повышения работоспособности. В комбинации с другими аппликаторами и оздоровительными методиками они позволяют значительно ускорить процесс оздоровления.
- На статические аппликаторы чаще ложатся спиной, поясницей или крестцово-ягодичной областью.
- Валики используют для ускоренного достижения лечебного эффекта при воздействии на болезненный участок тела.
- Валиками очень удобно самостоятельно обрабатывать такие участки, как руки, ноги, голова, шея.
- Валик, особенно лицевой, удобен для диагностики, поиска зон, точек, которые нуждаются в последующем воздействии аппликаторами или валиками. Метод диагностики основан на взаимосвязи кожи определенного участка тела с соответствующим ему органом. Любые изменения во внутренних органах человека можно выявить, исследовав состояние соответствующего участка кожи. Валик – своего рода «проявитель» изменений параметров проводимости и реакции кожи на внешнее воздействие, им можно обработать все тело и быстро выявить участки, соответствующие нарушениям в

организме. В процессе первичного поиска таких зон пациент испытывает необычайно приятные, иногда покалывающе-болевые ощущения. От обнаруживаемых участков в момент воздействия валиком идут нервные импульсы, так называемые «стрелы-лучики» в другие, порой очень отдаленные зоны, точки тела. В дальнейшем на эти участки можно прикладывать, а также прибинтовывать и носить длительное время (0,5–3 ч) маленькие аппликаторы. Методика позволяет быстро, в первый же день, снять болевой синдром и значительно ускорить процесс выздоровления. В дальнейшем пациент может самостоятельно регулировать периодичность, частоту и длительность использования аппликаторов.

- Некоторым пациентам достаточно применять аппликатор 1–3 раза в месяц. Другие используют его ежедневно 1–3 раза в день в течение 1–3 месяцев, отмечая только положительные результаты.
- Чаще всего аппликатор применяют перед сном в течение 15–30 минут. Иногда засыпают на аппликаторе, а проснувшись, убирают его и продолжают сон. Утром вновь подкладывают его под спину в зонах боли или дискомфорта на 5–10 минут, после чего легко встают без боли, в хорошем настроении.

Таблица 2. **Применение валиков и аппликаторов Ляпко**

Назначение	Валик	Аппликатор
Тонизирование, обезболивание, повышение работоспособности (утром, днем)	3–7 минут	7–10 минут
Расслабление, снятие сильных болей, снотворный эффект	Чаще на ночь	Чаще на ночь

АППЛИКАТОР «РОМАШКА»

Разработанный врачом-рефлексотерапевтом Н. Г. Ляпко, этот аппликатор предназначен для воздействия в составе комплексной терапии различных заболеваний и для их профилактики. Место приложения – зоны плечевых, тазобедренных, коленных суставов, зоны спины, поясницы и крестца, живота.

Показания к применению. Аппликатор «Ромашка» может применяться для эффективного лечения (безмедикаментозного или с небольшим количеством медикаментов) самых различных заболеваний и патологических состояний организма.

Наиболее часто аппликаторы могут применяться для снятия головных болей, болей в позвоночнике, суставах и мышцах, для лечения заболеваний и последующей нормализации деятельности сердечно-сосудистой, дыхательной и нервной системы.

Лечение аппликаторами способствует более быстрому, легкому и полноценному восстановлению после черепно-мозговых травм, переломов, операций, после инсультов.

Рекомендации по применению:

- при головных болях, болях в шее, плечевом поясе, руках, в области сердца и других органов, в верхних и средних отделах грудной клетки аппликатор следует подкладывать под голову, шею, плечевой пояс, верхние и средние отделы грудной клетки;
- при заболеваниях желудочно-кишечного тракта, почек аппликатор кладут под средний или нижний отделы спины и под поясницу, для усиления эффекта аппликатор можно дополнительно положить на живот, прижав его мешочком с песком;
- при болях внизу живота, в крестце, пояснице, нижних конечностях, а также при заболеваниях и нарушениях функций органов малого таза аппликатор кладут на поясничный отдел и крестцово-ягодичную область;
- при простудных заболеваниях, хронических заболеваниях легких, бронхов аппликатором пользуются как «горчичником», зона применения: спина, шейно-воротниковая зона, передняя поверхность грудной клетки, область грудины;
- при очень выраженных болях аппликатор прикладывают выше или ниже болевой зоны или на стороне, противоположной болевой зоне. Например, иногда сильную боль в правой половине поясницы можно устранить, подложив аппликатор на 5–10 мин под здоровую половину поясницы или на низ живота.

Противопоказания: см. «Методические рекомендации к плоским аппликаторам».

АППЛИКАТОР «СТЕЛЬКА-СКОРОХОД»

Эластичная пластина с иглами из цинка, меди, железа, никеля, серебра. Стельки (2 шт.) предназначены для воздействия на рефлексогенные зоны подошвы при заболеваниях опорно-двигательного аппарата, нервной системы, сердца и сосудов, желудочно-кишечного тракта, органов дыхания (в том числе аллергического происхождения). С успехом могут применяться в акушерстве, гинекологии, урологии, восстанавливать жизненный тонус и работоспособность.

АППЛИКАТОРЫ-ПОЯСА «СПУТНИК», «МАЛЫШ»

У Вас много забот и нет времени применить аппликатор? Вы не можете оторваться от любимой телепередачи или компьютера? Хотите применять аппликатор, но нет времени лежать на нем? Аппликатор-пояс решит эти проблемы.

Теперь процедура поверхностной иглотерапии стала еще более простой в исполнении, удобной для пациентов и широко доступной. Благодаря надежным фиксаторам, аппликатор-пояс крепится непосредственно на зону боли или зону отраженной боли (зону иррадиации) или на зону проекции больного органа, зону расположения биологически активных точек и меридианов. Фиксаторы обеспечивают равномерный прижим аппликатора к поверхности тела и дают человеку возможность свободно двигаться, продолжать начатое дело и в то же время оздоравливаться.

Фиксировать аппликатор можно самостоятельно, без посторонней помощи – легко, быстро, надежно и на любых участках туловища, конечностей, суставов. Для этого предусмотрена регулировка длины пояса.

Аппликатор-пояс «Спутник» состоит из 6 пластин, размер каждой – 50 х 180 мм; шаг игл – 5,8 мм.

Аппликатор-пояс «Малыш» имеет также 6 пластин, размер каждой – 35 х 80 мм; шаг игл – 3,5 мм.

Общим для обоих аппликаторов является количество пластин (6 шт.) и регулируемых поясов (4 шт.).

Продолжительность сеанса зависит от того, какой вид воздействия необходим:

Тонизирующий эффект . . . . . от 7 до 10 мин
Успокаивающий эффект . . . . . от 20 мин до 2 ч
Снятие острой боли. . . . . от 10 до 15 мин
Помощь при хронической боли . . . . 30 мин до 2 ч

АППЛИКАТОРЫ «ВОЛШЕБНАЯ ЛЕНТА «ЗДОРОВЬЕ»

В набор входят две ленты: однополосная (шириной 22 мм) и двухполосная (шириной 44 мм), состоящие из сегментов длиной 45 см. 3-сегментный аппликатор состоит из 3 сегментов (шаг игл 4,3 мм, длина 135 см), 7-сегментный аппликатор – из 7 сегментов (шаг игл 4,3 мм, длина 315 см). Между сегментами имеются бороздки, по которой сегменты при желании можно отрезать (если нужен аппликатор меньшей длины).

Аппликатор удобен в применении. Воздействовать можно как сегментарно, на разные участки

тела, так и наложением ленты вокруг всего туловища и конечностей одновременно. Увеличение площади воздействия повышает уникальное оздоровительное влияние на организм, поскольку активизируются практически все акупунктурные точки обрабатываемой зоны.

Свойства:

- помогает в комплексной терапии и профилактике различных заболеваний;
- купирует боли в позвоночнике, суставах и мышцах;
- увеличивает работоспособность организма;
- повышает эффективность массажа, мануальной терапии;
- обеспечивает ускоренное восстановление после травм, переломов, операций, тяжелых физических нагрузок, а также повышает силовую и скоростную выносливость спортсменов.

МАССАЖЕРЫ «ФАРАОН», «ФАРАОН-М»

Если человек сам следит за своим здоровьем, то трудно найти врача, который знал бы полезное для его здоровья лучше, чем он сам.

Сократ

Древние врачи считали, что массаж может поднять на ноги безнадежно больного. Во все времена он поддерживал в людях бодрость духа и гибкость тела. В древности массажеры изготавливались из серебра, золота и ценных пород дерева. Такой подарок служил знаком особого расположения и был доступен только избранным.

«Движение – это жизнь», – говорили в старину, и это действительно так: здоровье опорно-двигательного аппарата является основой общего здоровья человека – как духовного, так и физического. Польза хорошего массажа состоит в том, что он помогает восстановлению кровообращения и лимфотока в коже и мышцах, а вместе с тем и в костной системе, а также влечет за собой улучшение процесса саморегуляции организма в целом. Массаж пробуждает те заложенные природой силы, которые помогли выжить человечеству в суровые древние времена.

В наше время трудно представить себе идеальный здоровый образ жизни. Людям приходится в чем-то специализироваться, что приводит к невостребованности некоторых систем организма, и они перестают играть свою роль в жизнеобеспечении человека. Если же нет участия в общем процессе какого-либо узла системы, то любая самокомпенсирующаяся система рано или поздно выйдет из строя.

Восстановить гармонию в системе призван массаж как метод периферийного воздействия. Суть метода заключается в том, чтобы вновь связать застоявшиеся системы с остальными узлами в организме, привести их в движение, а также закрепить в главном нервном центре информацию о том, что и они тоже могут эффективно функционировать.

Известно, что многие болезни возникают вследствие нарушения энергетического баланса, когда в одних местах энергия находится в избытке, а в других её недостает. Там, где скопилась избыточная энергия, происходит перенапряжение мышц и других систем организма, следствием чего является сдавливание верхних рецепторов нервных стволов. Это влечет за собой дистрофию нервно-мышечной системы. Далее вышеуказанный участок становится участком недостатка. Такой процесс негативно влияет на выведение вредных веществ, шлаков из организма, кроме того, создаются условия для возникновения отеков или доброкачественных опухолей, нередко переходящих в злокачественные. Если избыточная энергия скапливается в железах внутренней секреции, в организме нарушается гормональный обмен. Измененная энергетика часто провоцирует образование узлов в щитовидной железе.

При учете вредного влияния неблагоприятной экологической обстановки, что непосредственно нарушает энергетический баланс человека и приводит подчас к необратимым процессам, появляется острая необходимость в домашнем докторе. Таковыми являются массажеры «Фараон» и «Фараон-М».

В этих массажерах заложена идея трехгранной пирамиды, которая, являясь прообразом четырехгранной пирамиды, унаследовала ее целительные свойства. Трехгранная пирамида является символом гармонии, поскольку грани и стороны ее расположены под равными углами друг к другу.

Изготовленные из экологически чистого износостойкого полимера, который при трении не электризуется, эти массажеры позволяют поддерживать во время массажа благоприятную структуру поля, что особенно важно при массаже головы.

Массажеры «Фараон» – это экспериментально подобранные геометрические фигуры, пропорции которых практически отвечают принципу золотого сечения. По своему сечению массажер напоминает молекулу газа метана, который является основой мироздания. Дополнительные выступы на массажере – бугорки разных форм (в виде полусфер и конусов с закругленной вершиной) находятся на шарах (головках), которые превращают каждый шар в слаженную пирамиду. Благодаря этим дополнительным конструкциям возрастает эффективность качественных свойств массажера. Выступы образуют сочетание сложных линз, которые, в свою очередь, фокусируют светоэнергетические пучки и направляют их на массируемую поверхность.

На одном из шаров имеется еще так называемая «корона», сообщающая массажеру уникальность. Форма «короны» в миниатюре дублирует тетраэдр, одна из ножек которого повернута зеркально – таким образом, чтобы все выступы «смотрели» в одном направлении.

В отличие от существующих массажеров, «Фараон» имеет значительно более выраженные массажные свойства. При помощи четырех плоскостей с различными радиусами кривизны рабочих выступов можно выполнить четыре вида общего и сегментарного массажа и пять видов точечного.

Попеременное использование каждой из сторон массажера дает различные ощущения, что обеспечивает универсальность применения, а именно – подбор возможностей массажера для удовлетворения нужд людей разных возрастов, любых массы тела и порога чувствительности, конкретной проблемы. Все это невозможно получить при использовании других массажеров.

Фараон оказывает положительное воздействие на энергетическое состояние человека, что благоприятно влияет на иммунную систему, а это, в свою очередь, стабилизирует общее состояние.

В процессе массажа и после него ткани генерируют здоровые колебания высокой интенсивности, которые исправляют негативные и слабые колебания нарушенных тканей, заставляют вибрировать их в здоровом ритме, что приводит к выравниванию соответствующих зон и выздоровлению организма в целом.

Методика применения. Массажер можно применять, работая с различной интенсивностью. Для этого следует повернуть его таким образом, чтобы выбранные вами выступы массажера находились в районе рабочей поверхности. Чем острее выступы, тем более глубокий и интенсивный массаж они позволяют производить.

Четыре вида выступов массажера «Фараон» обеспечивают четыре вида интенсивности проведения сеанса:

- Легкий массаж – это мягкое поверхностное массирование шарами с большими радиусами (основание пирамиды).
- Более выраженный массаж осуществляется большими полусферами, расположенными на основных шарах; при этом происходит воздействие на поверхностные слои мышц.
- Глубокий массаж выполняется конусовидными выступами с шаровидными вершинами: мышцы при этом прорабатываются на всю глубину.
- Высокоэффективный массаж – наиболее интенсивный, служит для глубокой обработки мышц, связок и массажа до надкостницы; проводится самыми острыми – конусовидными – выступами.

Особое влияние на получение желаемого эффекта оказывает длительность сеанса массажа.

Продолжительный массаж (до 15 мин и более) способствует полному расслаблению мышц тела, дает успокаивающий эффект; одним из результатов является глубокий сон.

Короткий массаж (3–7 мин) оказывает, наоборот, тонизирующее воздействие.

Во время сеанса, который рекомендуется проводить через 10–15 мин после еды, 1–2 раза в день, следует выполнять в течение 7 мин круговые движения по часовой стрелке (или вверх-вниз). Для улучшения скольжения массаж следует проводить через тонкую ткань или легкую одежду. Открытые участки тела можно массировать с применением массажных кремов.

Массажер «Фараон» способствует равномерному распределению по коже и эффективному впитыванию лечебных мазей, бальзамов, антицеллюлитных кремов. Широкий ассортимент такой продукции предоставляет Компания АРГО. Это кремы «Эсобел», «Флорента», бальзам «Пихтовый», крем-бальзам «Артро-хвоя», а также различные кремы для рук и ног, дневные и ночные. Комплексное использование крема и массажера позволяет в 3–5 раз увеличить эффект от применения крема и привести к более экономичному его использованию.

Применяя «Фараон», можно проводить как сегментарный, так и точечный массаж.

Сегментарный массаж оказывает положительное воздействие на все системы организма, нормализует работу внутренних органов. Он регулирует вегетативные функции организма – дыхание, кровообращение и пищеварение, усиливает секреторную функцию сальных и потовых желез.

Точечный массаж является одним из методов рефлексотерапии. Он воздействует на биологически активные точки (основные точки расположены на лице, руках и ногах), оказывая терапевтическое и профилактическое действие.

Массирование одним шариком или каким-либо его выступом используется для массажа отдельных мышечных групп (межреберные мышцы, мышцы кисти и стопы).

Массаж с помощью «короны» применяется на кистях рук и стопах, так как здесь имеются точки малого размера для воздействия на все орга-

ны человека. Подобно «колючему врачевателю», можно использовать «корону» по рекомендации Су Джок терапии.

Массирование одновременно двумя шариками применяют для массажа длинных мышц спины и мышечных групп голени, бедра, плеча, околопозвонковых мышечных групп. Можно проводить антицеллюлитный массаж, перемещая массажер вверх от колена к бедру. Наиболее подходящими здесь являются 3- и 4-й режимы интенсивности. Этот вид массажа разрушает целлюлитные отложения и активизирует кровообращение. Этот вид массажа разрушает соединительно-тканные перегородки между жировыми клетками, в результате чего создаются условия для активизации объемных процессов и расщепления жира. Перед сеансом антицеллюлитного массажа можно разогреться (с помощью ванны, душа или бани).

Массажер «Фараон» является универсальным регулятором массы тела. С целью потери веса обрабатывайте область живота, спины, поясницы, бедер за 20–40 мин до еды 3- и 4-м видами выступов.

Некоторые пользователи после такого массажа с удовольствием исключают прием пищи. А для набора веса рекомендуется применять массирование 1- и 2-м видами выступов через 5–15 мин после еды.

Ручной массажер «Фараон» рекомендован для применения в домашних условиях, а также в центрах массажа и мануальной терапии, реабилитационных центрах, кабинетах ЛФК, амбулаторных и поликлинических службах. Он является прекрасным средством, за считанные минуты облегчающим боль при остеохондрозе, радикулите, мигрени.

Профессиональный массажист с помощью «Фараона» не только добавит в свой арсенал оригинальный и приятный для пациентов вид массажа, но и – за счет эргономичности этого массажера – в 2–3 раза увеличит свою работоспособность.

В основание массажера ***«Фараон-М»*** для усиления эффекта встроен магнит, который создает постоянное магнитное поле адаптированной для человеческого организма величины. Наличие магнита позволяет оказывать комплексное терапевтическое воздействие на организм пациента: массаж + магнитотерапия. Максимальное действие магнитного поля достигается в том случае, если магнит направлен к массируемой поверхности.

Показания к применению:

- заболевания и повреждения опорно-двигательного аппарата (остеохондроз, деформирующий спондилез, остеоартроз, остеопороз и т. д.; переломы, ушибы и т. д.);
- болезни нервной системы (цереброваскулярная патология, травмы периферических нервов, неврозы, нарушения сна);
- подострые и хронические заболевания мочеполовой сферы;
- болезни органов дыхания (хронический обструктивный бронхит и бронхиальная астма);
- болезни эндокринной системы (гипофункция щитовидной железы);

- патология сердечно-сосудистой системы (нейроциркуляторная дистония по гипертоническому типу);
- патология периферических сосудов (варикозная болезнь, облитерирующий эндартериит, с-м Рейно, диабетическая ангиопатия и т. д.;.
- косметология (для коррекции формы тела, при целлюлите, при старении кожи тела, при кожном зуде, гематомах, отёках);
- спортивная медицина (восстановление биологических ритмов после пересечения нескольких часовых поясов, снятие стрессовых нагрузок перед стартом, повышение физической и психической работоспособности, лечебно-профилактические мероприятия, связанные со спортивными травмами).

Противопоказания. Магнитотерапия, несмотря на всю природную естественность метода, имеет противопоказания:

- наличие искусственного водителя ритма (кардиостимулятора);
- острый тромбоз, аневризма сердца и крупных сосудов;
- выраженная гипотония;
- сложные нарушения сердечного ритма; пониженная частота пульса (брадикардия);
- гиперфункция щитовидной железы (тиреотоксикоз);
- онкологические заболевания;
- эпилепсия;
- возраст (не рекомендуется детям до 2 лет).

Не рекомендуется делать массаж:

- при наличии гнойничков (фурункулов) и других выраженных повреждений кожного покрова;
- в зоне увеличенных лимфатических узлов;
- при заболеваниях, сопровождающихся высокой температурой тела.

Следовательно, назначение массажа и магнитотерапии должно быть строго индивидуально. При наличии заболеваний продолжительность сеанса и зону воздействия должен определять лечащий врач.

Рекомендации по применению. Массажер «Фараон-М» рекомендован для применения в специализированных центрах массажа и мануальной терапии, в реабилитационных центрах, кабинетах ЛФК, лечебных и санаторно-оздоровительных учреждениях, в домашних условиях.

Меры предосторожности. Перед массажем проверьте целостность шаров массажера. При наличии механических повреждений следует произвести шлифовку надфилем или наждачной бумагой. Не рекомендуется делать массаж при наличии гнойников (фурункулов) и других выраженных повреждений кожного покрова, а также в зонах лимфатических узлов и при заболеваниях, сопровождающихся высокой температурой.

Массажер «Фараон» рекомендуется хранить в упаковке, так как она выполнена в форме пирамиды. Пирамида в зоне своей деятельности исправляет структуру пространства, приближая его к состоянию гармонии. Помещенный в пирамиду массажер очищается он негативных и информационных полей и получает положительный заряд трех наиболее мощных полевых структур – «пи», «омега» и «мю».

Результативность и лечебная эффективность массажера «Фараон» значительно увеличиваются при совместном применении с разнометаллоигольчатыми аппликаторами и валиками Ляпко, которые обеспечивают терапевтический эффект и расслабление мышц, что является прекрасной подготовкой к массажу. Кроме того, после применения аппликаторов и валиков Ляпко массаж по-

зволяет полезным металлам и лечебным составляющим мазей и кремов быстрее «разойтись» из кожного покрова через кровь по всему организму и снабдить ими жизненно важные органы.

Удобный, легкий, современный, а главное – доступный массажер «Фараон» избавит вас от усталости, поможет снять стресс и повысит настроение не только в домашних условиях, но и на работе, и во время путешествий.

Убедитесь в этом сами.

АППЛИКАТОР В ВОПРОСАХ И ОТВЕТАХ

С чего начинать применение аппликатора?

Поставьте себе цель: «Я хочу иметь отменное здоровье». Помните, что человек не может стать более здоровым, чем он сам того хочет. Каждый из нас привык доверять реализацию своих целей и исполнение своих обязанностей другим людям. Например, цель врача – вернуть нам здоровье, его обязанность – проводить лечение правильно, эффективно и в полном объеме. Но одних усилий доктора недостаточно. Вы должны помнить: «Ваше здоровье в ваших руках!»

Внимательно ознакомьтесь с инструкцией по применению аппликатора Ляпко, подчеркните нужные вам данные в тексте и отметьте их на рисунке.

Возьмите на себя обязательство правильно и в полном объеме выполнять процедуры.

Заведите отдельную тетрадь, чтобы записывать свои ощущения во время и после процедур. Напишите на тетради крупным почерком свою цель и свои обязательства. Разбейте тетрадь на графы: дата, время, место процедуры, ее длительность, ощущения во время и после процедуры, продолжительность эффекта. В дальнейшем, анализируя свои записи, вы сможете увидеть реальные результаты и выбрать наилучший для себя способ применения аппликаторов Ляпко.

Что ощущают пациенты, применяя аппликатор Ляпко?

С первых минут применения аппликатор начинает работать: вы чувствуете покалывание, вибрацию, пощипывание, прилив тепла, исчезновение болевых ощущений и расслабление – таковы основные ощущения пациентов. На аппликатор нужно ложиться на время от 10 до 30 минут и более, в зависимости от желаемого эффекта и индивидуальных ощущений.

Что при этом происходит?

Аппликатор воздействует на кожные рецепторы, точки и рефлекторные зоны, вызывая адекватные реакции организма. Включает иммунную систему в работу, дает ей дополнительные силы для успешной борьбы с болезнью.

Под воздействием аппликатора идет мощное перераспределение энергии и возникает гальванический ток за счет разности потенциалов металлов, из которых состоит аппликатор: медь, железо, цинк, никель, серебро.

Что заставляет боль уйти?

Аппликатор восстанавливает энергетический баланс на болезненном участке или в зоне проекции органа, нуждающегося в коррекции. Лишняя энергия интенсивно снимается, а ослабленное место,там , где не хватает энергии, – наоборот, подзаряжается.

Таким образом, при контакте с аппликатором, состоящим из разнометаллических игл, ваш организм посредством кожи действует подобно аккумулятору: восполняет недостаток и устраняет избыток. Воспаленный участок – отечный, с усиленным притоком крови – разряжается, и боль уходит, а ослабленное место (в случае дистрофических процессов) получает необходимый заряд энергии.

Кроме этого, для быстрого устранения боли включается механизм множественных точечных уколов биолгически активных точек, расположенных на коже, которые, суммируясь, дают команду гипофизу на выделение эндорфинов – естественных обезболивающих веществ организма.

Какое воздействие на человека оказывает аппликатор-валик?

Воздействие валика аналогично воздействию аппликатора, но результат достигается гораздо быстрее, и, кроме этого, валику доступны практически все участки тела. В течение 2–3 минут можно обкатать все тело: оно будет гореть, вы получите несколько миллионов уколов – «игольчатый душ». За 10 минут можно разогреть всю семью после переохлаждения. При работе с валиком вам необходим помощник для того, чтобы обрабатывать труднодоступные места.

Как работает валик?

Спектр воздействия валика обширен, а эффект его применения невероятно высок. Это универсальное средство. Помимо того, что валик – ваш домашний иглотерапевт и диагност, с его помощью вы отыщете все точки, которые оказывают благотворное влияние именно на ваш организм, наиболее эффективно нормализуют его состояние. Далеко не каждый терапевт способен отыскать эти точки так уверенно, как находит их валик. Это точки, зоны различных конфигураций, расположенные на поверхности туловища, рук, ног, головы, при воздействии на которые часто необычные ощущения не только возникают в самой этой точке или зоне, но и отзываются в других частях тела.

Помимо общих рекомендаций, согласно которым необходимо воздействовать на основные, дополнительные и вспомогательные зоны, рекомендованные при конкретных заболеваниях и состояниях, схожих с вашими жалобами и диагнозом, дополнительно следует обрабатывать валиком выявленные зоны – «лоскуты гиперчувствительности» кратковременно (5–10 мин), или длительно (0,5–2 ч) – носить прибинтованными к зонам с повышенной чувствительностью небольшие аппликаторы. Естественно, в результате этого воздействия пациент испытывает значительное улучшение самочувствия, исчезновение болей и повышение работоспособности и общего тонуса, сопровождающиеся приятными, комфортными ощущениями в зоне аппликаций и во всем теле. «Обкатывать» зоны нужно на лице, шее, голове или в зонах болей на туловище и конечностях. В некоторых случаях очень эффективным бывает проведение воздействия на участки, противоположные участкам боли, например, если болит правая нога или рука, то воздействовать в симметричном месте на левой ноге или руке.

Как применять аппликатор при заболевании щитовидной железы?

Патология щитовидной железы всегда сопровождается патологией шейного отдела позво-

ночника. Поэтому необходимо воздействовать на этот отдел позвоночника аппликатором или валиком. Эффективным является воздействие на дополнительные зоны: крестцово-копчиковую и зону надпочечников. Процедуру следует завершать стоянием на аппликаторе обеими стопами.

Особое внимание следует обратить на область сочленения второй фаланги большого пальца и стопы (плюснефаланговое сочленение большого пальца) – как с подошвенной, так и с тыльной стороны каждой ступни.

Если у ребенка слабая рука, может ли аппликатор Ляпко помочь в этом случае?

Да, несомненно. Состояние организма всегда связано с состоянием позвоночника. Рефлексотерапия с помощью валиков и аппликаторов – это способ естественного, близкого, родственного организму воздействия на рефлексогенные зоны – особые точки и зоны на поверхности тела. Любые изменения в организме находят свое отражение в изменении параметров рефлексогенных зон: изменяются нервная проводимость, приток и отток крови и лимфы. «Излишек» устраняется, а «недостаток» восполняется. Организм способен даже подправить суставы без внешнего вмешательства. Аппликатор неспецифически воздействует на рефлексогенные зоны, помогая организму, усиливая эффект.

Рука вследствие травмы частично утратила подвижность. Можно ли применять аппликатор, и если да, то каким образом?

Использовать аппликатор для реабилитации просто необходимо, и вот почему: вследствие травмы происходит парез локтевого и лучевого нервов. Рука восстановилась, кости срослись, но зачастую автоматически формируются патологические очаги в плечевом, шейном отделах позвоночника, который уже нарушен, поскольку есть смещения или застойные процессы вследствие вынужденного ограничения подвижности.

Только воздействие на все патологические очаги способствует нормализации и восстановлению работы больного органа, сустава, отдела позвоночника.

Аппликатор – одно из естественных средств воздействия, стремление к гармонии без насилия, неспецифическое выравнивание энергетики. Он дает только положительный эффект, ведь в основу метода положен один из главных принципов медицины – не навреди, используй защитные силы организма.

Как правильно использовать аппликатор и валик?

Вначале нужно определиться: какой результат Вы хотите получить? Затем определить зоны воздействия (основную, дополнительную и вспомогательную).

Далее выбрать необходимый инструмент – аппликатор или валик, или то и другое. На аппликаторы можно укладываться, соблюдая правильность укладки или накладывать аппликатор, прижимая его мешочком с песком. Валиком можно «обкатывать» необходимые зоны самостоятельно или прибегая к посторонней помощи, захватывая все участки тела.

Воздействуя на отдельные точки и зоны, аппликатор способствует восстановлению и нормализации функции отдельных органов и всего организма в целом.

Не вредно ли применять аппликаторы?

Нет, не вредно. Более того, используя аппликаторы Ляпко, вы мобилизуете защитные силы организма. Организм с помощью аппликатора успешно борется с болезнью и побеждает ее. Нужно только внимательно прислушиваться к своим ощущениям и грамотно применять аппликатор (см. раздел «Как работать с аппликатором»). При этом ощущения должны быть только приятные: после нескольких минут непривычных ощущений покалывания возникает тепло, энергия, покой и бодрость.

Очень редко бывает индивидуальная непереносимость аппликатора.

Как не ошибиться и не приобрести подделку?

Аппликатор Ляпко приобрел широкую популярность среди самых разных групп населения в быту и в лечебных учреждениях – от районных больниц до научно-исследовательских центров на базе медицинских университетов, Военно-медицинской академии. Это привело к появлению некачественных и несертифицированных изделий, которые продают недобросовестные дельцы, используя нашу рекламу и популярность.

Процесс изготовления аппликаторов Ляпко очень трудоёмок и дорогостоящ, поскольку применяется оригинальная технология с высокой точностью и используется сырье только самого высокого качества.

Настоящий аппликатор Н. Г. Ляпко имеет основу из высококачественной медицинской резины, которую легко отличить от обычной промышленной по внешнему виду, запаху и эластичности. Резина используется различных цветов. Каждый аппликатор характеризуется пестротой цветов и расцветок. Основа аппликатора выполнена цельнолитой, что гарантирует его надежность и долговечность. Специальные утолщения в основе пластины позволяют надежно закрепить иглы и не дать им ни выпасть, ни наклониться. Кроме того, они предохраняют кожу от прокалывания. Все иглы аппликатора Ляпко и покрытия на них сделаны из чистейших металлов, с полным соблюдением требований Минздрава, предъявляемых к изделиям медицинского назначения. Настоящие аппликаторы Ляпко можно приобрести у консультантов Компании АРГО.

Как правильно обрабатывать (дезинфицировать) аппликатор?

Аппликаторы в процессе использования соприкасаются с кожей, не повреждая ее, поэтому не имеют контакта с кровью. В лечебных учреждениях после сеанса аппликаций они должны подвергаться дезинфекции одним из методов, указанных в ОСТ 42-21-2-85. В соответствии с ОСТ 25-1-005-87 «Устойчивость медицинских металлических инструментов к средствам дезинфекции, предстерилизационной очистки и стерилизации. Классификация, выбор метода», для дезинфекции можно использовать: кипячение (дистиллированная вода 98 °С, 30 мин); воздушный метод (воздушный стерилизатор 120 °С, 4–45 мин); химический (нехлорсодержащие препараты, например, Лизоформин 3000. Концентрация и экспозиция согласно инструкции). Указанные ОСТы действительны на Украине.

При индивидуальном использовании аппликатор не нуждается в дезинфекции.

Гигиенический уход за аппликатором предусматривает обработку моющим раствором, промывание проточной водой и просушивание потоком горячего воздуха (с помощью фена) на максимально близком расстоянии от иголок.

Когда можно применять аппликаторы и валики?

Если вы почувствовали недомогание, если у вас мышечные или суставные боли, если дают о себе знать старые травмы, если вы испытываете головную боль, нервное напряжение, если у вас стрессовое состояние – положитесь на аппликатор. Установите его под спину или приложите с прижимом к тому участку тела, в котором испытываете боль. Аппликатор поможет вам забыть о ней!

«Игольчатый дождь» при применении валика оживит уставшую нервную систему, «смоет» напряжение с ваших мышц, придаст лицу здоровый оттенок и освежит кожу. Пользуйтесь лицевым валиком, стоя перед зеркалом, – и вам непременно захочется улыбнуться себе. Ведь видеть свежего и здорового человека в зеркале всегда приятно.

Если перед сеансом массажа спину подготовить, полежав на аппликаторах или «прокатав» несколько минут валиком, то оздоровительный эффект от массажа наступит намного быстрее, будет более устойчивым, а удовольствие, полученное вами, неизмеримо возрастет.

Аппликатором можно пользоваться в любое удобное для вас время, можно также носить его прибинтованным к больным участкам тела – столько, сколько необходимо для улучшения самочувствия.

Будьте здоровы!
Н. Г. Ляпко

СОДЕРЖАНИЕ

Возможности аппликатора Ляпко	1
Силы, лежащие в основе действия аппликатора	1
Механизмы действия аппликаторов	2
Как устроен аппликатор Ляпко?	5
Отличия аппликаторов-пластин от валиков	6
Противопоказания к применению аппликаторов	7
Рекомендации по применению пластинчатых аппликаторов Ляпко в комплексной терапии	7
Схемы воздействия аппликатором на зоны организма при различных заболеваниях	9
Как работать с аппликаторами?	21
Аппликатор «Ромашка»	23
Аппликатор «Стелька-скороход»	24
Аппликаторы-пояса «Спутник», «Малыш»	24
Аппликаторы «Волшебная лента «Здоровье»	25
Массажеры «Фараон», «Фараон-М»	25
Аппликатор в вопросах и ответах	31

Симптомы (синдромы)	Основная зона			Дополнительная зона				Вспомогательная зона				
Головные боли, невралгия тройничного и неврит лицевого нерва, лицевые симпаталгии, нарушения слуха и зрения, зубная боль, простудные заболевания		0	1		2	10	11		22	24	25	31
Заболевания бронхов и легких, простудные заболевания, неврологические синдромы остеохондроза шейного и грудного отделов позвоночника, шейно-плечевая плексопатия, неврозы, артриты, невриты, невралгии верхних конечностей		2	3	1	4	12	13		20	22	28	31
Стенокардия, кардиалгии, остеохондроз (радикулиты, миозиты, невралгии) среднего и грудного отделов позвоночника, бронхиты, маститы			4	3	5	13	14	21	23	25	29	31
Гипертония (25–30 мин), гипотония (8–10 мин)	1	2	3			0	4	7	25	28	29	31
Заболевания пищевода, верхних отделов желудка, печени, желчного пузыря; неврологические синдромы остеохондроза нижнего грудного отдела позвоночника (миозиты, радикулиты), ожирение			5	6	15	16	17	21	23	29	30	31
Язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки, заболевания тонкого кишечника и почек, почечная колика, ожирение		6	7	5	8	17	18		23	27	29	31
Неврологические синдромы остеохондроза пояснично-грудного отдела позвоночника (миозиты, радикулиты), ожирение		6	7		8	17	18		26	28	30	31
Неврологические синдромы остеохондроза пояснично-крестцового отдела позвоночника (радикулиты, миозиты)		6	7			9	18	22	26	28	30	31
Мочекаменная болезнь, почечная колика, колиты, запоры		7	8			9	18		23	27	29	31
Заболевания органов малого таза, воспаление матки и придатков, циститы, уретриты, простатиты, сигмоидиты, геморрой, трещины ануса, импотенция, фригидность		8	9		7	18	19		27	29	30	31
Аллергия, нейродермит, кожный зуд		3	5		6	12	15		22	28	30	31
Травмы и переломы верхних конечностей		2	3			4	13			20	22	24
Травмы и переломы нижних конечностей		7	8				18			26	28	30
Сахарный диабет		5	6			16	17	1	2	23	29	31

www.argo-shop.com.ua == Компания АРГО == www.altermed.com.ua

ВСЕОБЩИЙ ЗАКОН

Быть крепче хотите? Моложе – хотите?
Хотите на свете прожить больше дней?
На службу – ходите, со службы – ходите,
Ходите, ходите, ходите быстрей!

Чтоб сердце не знало в пути перебоев,
Чтоб душу настроить на лад волевой,
Ходьбу обвенчайте с рассветной трусцою,
А тело свое – с ледяною водой!

Душевная щедрость, тепло и улыбка
Нужны нам как воздух, как хлеб и вода.
Завистливость, злоба,
конфликты – ошибка,
Уносят в могилу не дни, а года!

Обломовской лени – позор и презренье!
Диктату желудка – железный заслон!
Движенье, движенье,
движенье, движенье –
Ведь это же жизни всеобщий закон!

ЗАКОН МУДРОЙ ВЕЧНОСТИ

А жизнь—лишь миг! И недалек тот час,
когда мы во вселенной растворимся.
Мы на земле живем последний раз,
И больше никогда не повторимся!

Любовь и смерть – вот только и всего,
Что нам дано законом мудрой вечности.
И люди умирают для того,
Чтобы продлить род человечества!

Поэтому спеши творить добро,
Не отвергай народное поверье:
Не золото, не серебро,
А доброта дарует нам бессмертие!

И. Маликов

Москва – 2010

Серия аппликаторов. www.argo-shop.com.ua/catalog_total.php?id_cat=45