

Рефлексотерапія - лікування без ліків


Існує дві школи рефлексотерапії,

європейська і

- ? кожна точка — це нервово-судинні закінчення, і подразнюючи їх ми змушуємо центральну нервову систему реагувати — покращувати кровообіг, “вмикати” знеболення тощо.

китайська

- Китайці ж стверджують, що по меридіанах у нашому організмі циркулює енергія “ці”, і кожна хвороба — це або надлишок цієї енергії (дається ознаки болем), або її нестача (слабкість, недостатнє функціонування органа). Відповідно ефект рефлексотерапії полягає у регулюванні енергетичних потоків: де треба — забрати, де треба — додати.



Україні пощастило: майже 35 років існує цілісна адаптована лікувально-діагностична система, коріння якої має походження від Традиційної китайської медицини (ТКМ) – рефлексотерапія (РТ).

Останнім часом на основі сучасних досягнень клінічної практики, нового розуміння молекулярних основ патологічних процесів, новітніх досягнень електроніки, РТ усе далі іде від своїх початкових форм. Використовуючи сучасні технічні засоби, досвід та ідеї ТКМ, рефлексотерапія далеко вийшла за межі простого повторення рецептів і прийомів давнього методу Джень-дзю-терапії.



Рефлексотерапія

- ? — це збірний характер значної кількості різноманітних діагностичних, лікувальних прийомів, а також методів впливів на акупунктурні точки і рефлексогенні зони тіла людини.
- ? рефлексотерапія заснована на уявленні, про те що людський організм - це цілісна система, і якщо порушити рівновагу в кожній із частин, то це відразу ж відобразиться на інших
- ? Рефлексотерапія (РТ) - це різноманітні способи впливу через шкірні, шкірно-м'язові і нервові утворення різних за силою, характером та терміном подразнень, нанесених на певні рефлексогенні зони з лікувальною метою. частинах



рефлексотерапія

- ? Це збірний термін для всіх способів впливу на активні зони – точки акупунктури – на тілі хворого.
- ? Важливо знати, що суть такої терапії полягає в стимуляції певних процесів, позитивно впливають на загальний стан людини. Використовувати рефлексотерапію як повноцінний спосіб лікування не рекомендується. Вона застосовується в якості додаткового методу, прискорює одужання.
- ? Батьківщиною цієї методики вважається Китай, але рефлексотерапія в тому вигляді, в якому знаємо її ми, була створена тільки в 1913 році ученим і лікарем Вільямом Фитцджеральдом. Він зауважив, що подразнення рецепторів шкіри і нервових закінчень часто призводить до позитивного ефекту.



Рефлексотерапія

- ? - ефективний лікувальний засіб в системі реабілітації хворих з різною патологією (не тільки як самостійний метод лікування, а й в комплексі з іншими видами терапії).
- ? Завдання РТ в реабілітаційному процесі:
 - відновлення та покращенні функції опорно - рухової системи;
 - корекція розладів мовлення;
 - покращення інтелектуально - мнестичних функцій.




Рефлексотерапія

- ? являє собою комплекс прийомів і методів впливу на біологічно активні точки (БАТи) організму, у яких зосереджено безліч нервових закінчень. Подразнення цих точок благотворно впливає на організм, відновлюючи його роботу
- ? Рефлексотерапія є своєрідним психологом: грамотний рефлексотерапевт позбавить вас від комплексів і стресів, відновить упевненість у собі, поверне любов до життя
- ? Саме поняття рефлексотерапії носить збірний характер і включає в себе велику кількість різних лікувальних прийомів і методів впливу на рефлекторні зони тіла людини і акупунктурні точки

Рефлексотерапія - це філософія, наука і мистецтво лікування хворих і зміцнення здоров'я здорових



Методика рефлексотерапії

- ? полягає у мобілізації власних ресурсів людського організму та лікуванні без медикаментів, і характеризується запобіганням алергізації, широким спектром застосування і новим підходом до вирішення старих проблем**
- 

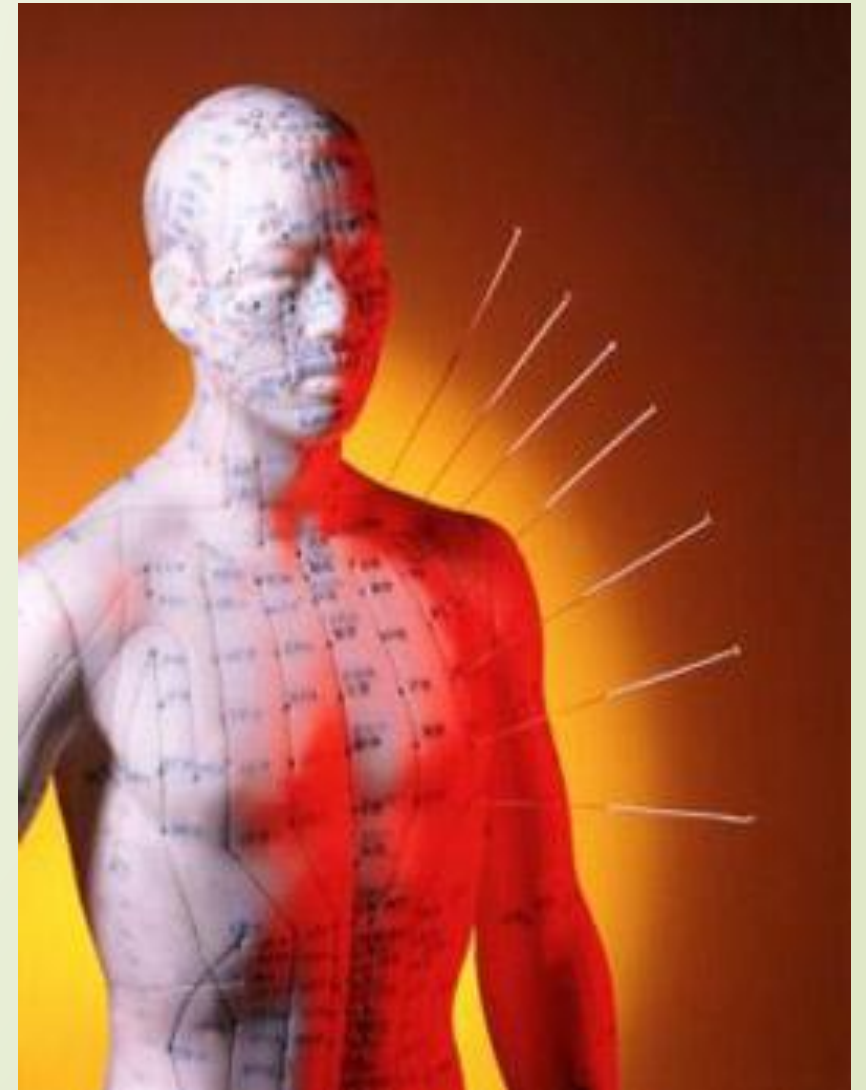
Для впливу
використовують

рослинні та мінеральні
речовини,

акупунктурні голки,

електропунктуру, теплові
та охолоджуючі, механічні,
фізичні, електронно-іонні,
світлові, звукові
подразники,

медикаментозні та інші
засоби.



МЕХАНІЗМ ДІЇ РЕФЛЕКСОТЕРАПІЇ (ФІЗІОПУНКТУРИ)

- ? В основі механізму дії методу рефлексотерапії (ФІЗІОПУНКТУРИ) лежать складні рефлекторні (місцеві, сегментарні, підкорково-коркові реакції, включаючи центральні відділи головного мозку, в т. ч. ретикулярну формацію, підкорково-стовбурові структури, лімбічну систему та коркові утворення (нейрогуморальний механізм), що призводять до рівноваги основних нервових процесів, нейровегетативних співвідношень з покращенням адаптивних, захисних та компенсаторних реакцій організму.
- ? Ця терапія, торкаючись механізму патогенезу багатьох хронічних захворювань, сприяє зменшенню чи ліквідації проявів хвороби, особливо в стадіях функціональних порушень, з підвищенням стійкості (резистентності) організму в цілому.




Показання до рефлексотерапії

- Больові кризи, судоми, колапс і больові шоки
- Захворювання ЦНС і ПНС (остеохондроз, неврити, невралгії, радикуліти, травми головного і спинного мозку, неврози, артрози і артрити)
- Захворювання серцево-судинної системи (аритмія, функціональні стадії ендартеріїту, стенокардії)
- Захворювання вегетативної нервової системи (синдром Рейно, мігрені і симпаталгії)
- Захворювання пов'язані з шлунково-кишковим трактом, захворюваннями жовчних шляхів і моторики кишечника

Гінекологічні захворювання

- Захворювання очей
- Захворювання групи вухо-горло-ніс
- Захворювання шкіри та підшкірних покривів




Рефлексотерапія при неврологічних захворюваннях застосовується для лікування

- больових синдромів
- розлади сну
- неврози
- неврологічних проявів остеохондрозу хребта (тут про профілактику)
- наслідків черепно – мозкових травм
- периферичних невропатий
- дитячого церебрального паралічу
- логоневрозів
- епілепсії
- паркінсонізму та ін.

класифікація протипоказань


- Абсолютні протипоказання
 - Щодо певних способів впливу.
 - Щодо певної локалізації впливу.
- Відносні протипоказання
 - Протипоказання, що переважно захищають лікаря від неконтрольованої поведінки хворого.
 - Стани, при яких першочергове значення має фактор часу і доведена більш значна ефективність інших швидкодопоміжних або реанімаційних заходів, адже РТ може "змазати" клінічну картину до встановлення остаточного діагнозу.
 - Протипоказання стосовно локалізації РТвпливу.
 - Протипоказання щодо застосування певних методів РТ (інвазивних та неінвазивних).



Протипоказання до проведення процедур

?

- Онкологія (доброякісна і злоякісна)
- Лихоманка
- Виснаження
- Активна форма туберкульозу
- Декомпенсована недостатність кровообігу
- Гостре психічне збудження
- Вагітність
- Вік до 1 року
- Алкогольне або наркотичне сп'яніння



Варто утриматися від сеансу ГОЛКОВОКОЛЮВАННЯ

- ? в день рентгенівського дослідження, МТР або УЗД.
- ? Варто виключити ванни та інші фізіопроцедури під час сеансів рефлексотерапії.
- ? Під час проведення рефлексотерапії не можна застосовувати наркотичні, психотропні та алкоголесодержащіх препарати.
- ? У разі проведення хіміотерапії курс рефлексотерапії не варто починати раніше ніж через 3 місяці.



Основні переваги рефлексотерапії:

- Відсутність побічних ефектів
- Висока ефективність впливу
- Швидке отримання лікувального ефекту, можливість миттєвого покращення
- Широке коло розв'язуваних проблем
- Можливість уникнути медикаментозного лікування
- Підходить людям різної вікової категорії
- Не викликає залежності

Джерело: <http://ladyvlife.ru/krasa/kosmetologija/2567-refleksoterapija.html>


Види і методи рефлексотерапії

? класифікація:

- Голкотерапія (чжень-цзю терапія) - спеціальні голки вводяться в біологічно активні точки
- Мікроіглотерапія - голки маленького розміру (кнопки), які залишаються на тілі до декількох діб
- Аурикулотерапія - точковий масаж і мікроіглоукалювання на акупунктурні точки на вушній раковині
- Акупресура - механічний вплив на акупунктурні точки без пошкодження шкіри
- Термопунктура - вплив на акупунктуру теплом (припікання або прогрівання)
- Електропунктура вплив на акупунктурні точки електричним струмом
- Вакуумна рефлексотерапія або баночна терапія
- Апірефлексотерапія — вплив на точки укусами бджіл
- Вакуумна рефлексотерапія — вплив масажу з негативним

Слов'янська рефлексотерапія

- ? Вельми цікаві форми рефлексотерапії були в практиці слов'янських народів. Слов'янська рефлексотерапія інакше розглядає енергетичні канали в тілі людини і як наслідок інший підхід до впливу на тіло людини. Істотною відмінністю є те, що у слов'ян мова йде не про точки, а про «струнах», «жилах», «міхурі» і «ядрах свідомості». Саме суть цих понять і призвела до наступним методам лікування:
- ? Істотною відмінністю є те, що у слов'ян мова йде не про точки, а про «струнах», «жилах», «міхурі» і «ядрах свідомості». Саме суть цих понять і призвела до наступним методам лікування:



Механізм відновлення нервово-рефлекторної регуляції організму в процесі сеансів рефлексотерапії активізуються:

- - центральна нервова система
 - ендокринна система
 - нейрогуморальна система
 - імунна система
 - судинна система



ГОЛКОВОКЛЮВАННЯ

- ? Суть методики полягає у введенні спеціальних голок в певні області людського тіла. Матеріал виготовлення залежить від необхідного ефекту. Найчастіше використовують золоті, срібні або сталеві голки.
- ? Найбільш затребувані види голковколювання – арикулотерапія і микроиглотерапія. Це, відповідно, застосування голок малого розміру, які можна залишати в тілі пацієнта на тривалий термін, і вплив на області вушних раковин.




Результат голковколювання залежить

- ? від професійного й грамотного складання акупунктурного рецепта і
- ? точності визначення локалізації акупунктурних точок,
- ? техніки постановки голок, а також
- ? досвіду терапевта.



Лікування дає багато ефектів, серед них:

- ?знеболюючий
- ?протизапальний
- ?імуномодуючий ефект
- ?нормалізуються вегетативні функції
- ?обмін речовин
- ?лікування надає заспокійливу дію
- ?підвищує працездатність



Частота призначення курсів рефлексотерапії та її ефективність

- ? Взагалі неврологи призначають курси рефлексотерапії досить часто. Це пов'язано з чудовими результатами від її застосування при захворюваннях нервової системи та позитивним впливом на організм.
- ? Різноманітні методи дозволяють впливати на всі органи і системи людського організму, задіюючи при цьому приховані резерви організму, про які багато чули і які є у кожного хворого.
- ? Курс рефлексотерапії завжди складається з 10 процедур, які призначаються щоденно або через день.
- ? Якщо потрібно повторне лікування, то його проходять через 4 – 6 місяців.

Хвороби нервової системи та органів чуттів для використання рефлексотерапії

?


1. Хвороби вегетативної (автономної) нервової системи.
2. Ідіоматична периферична вегетативна невропатія (трудити, симпатогангліоніти, солярити тощо).
3. Дитячий церебральний параліч.
4. Мігрень.
5. Атиповий лицьовий біль (у тому числі синдроми Слудера, Шарлена, Хортонна).
6. Хвороби лицьового нерва.
7. Хвороби інших черепних нервів.
8. Хвороби нервових корінців і сплетень.
9. Ураження плечового сплетення.
10. Ураження попереково-крижового сплетення.
11. Мононеврит верхньої кінцівки і множинний мононеврит.
12. Мононеврит нижньої кінцівки.
13. Наслідки пологової травми, травм головного мозку в ранньому дитинстві.
14. Наслідки енцефалітів.
15. Компенсована гідроцефалія та інші.



Психічні розлади


?

1. Невроз неспокою (тривога).
2. Істеричний невроз (реакції).
3. Фобії невротичні.
4. Невроз нав'язливості.
5. Невротична депресія.
6. Інші невротичні розлади.
7. Порушення фізіологічних функцій психогенної етіолог



Поєднання РТ з іншими видами лікування.

- ? У сучасній клінічній практиці широко застосовують комплексне лікування, метою якого є оптимальний терапевтичний результат, котрий досягають синергізмом чинників, що діють на організм. На цей час прийняті оптимальні варіанти поєднання деяких ліків, гомеопатії, фізичною терапії та бальнеотерапії з РТ.
- ? Поєднання РТ з інтегральною кінезіотерапією розглядається головним чином як комбінування різних фізичних чинників, але найдоцільніше чергувати РТ та фізичну терапію (через день), чи одного дня за умови інтервалу між процедурами не менш ніж 2-3 год.



Уявлення та поняття, що лежать в теоретичній основі акупунктури

- ? - вчення про інь і ян, про п'ять елементів,
- ? про життєву енергію ці і її рух по меридіанах - носять донауковий і метафізичний характер, що не відповідає сучасним вимогам науковості і доказовості.
- ? Лежачі в основі акупунктури архаїчні уявлення, а також сумніви в її клінічній ефективності викликають широку критику, аж до розгляду акупунктури як псевдонауки.
- ? Згідно з меморандумом ВООЗ про стратегію розвитку альтернативної медицини, акупунктура, як і інші методи нетрадиційної медицини, повинні відповідати критеріям доказової медицини.
- ? У 2010 році ЮНЕСКО включило акупунктуру і ігніпунктуру до Списку нематеріальної культурної спадщини людства .



Традиційна акупунктура

- ? Традиційна акупунктура[
- ? Це традиційна чжень-цзю терапія (вкалування і припікання),
- ? електроголковкалування (діагностика і лікування з вимірюванням біопотенціалів точок на поверхні шкіри),
- ? аурикулопунктура і аурикулопрессура (вплив на біологічно активні точки вуха), шиацу (акупресура) та ін. методи.

Сучасні «західні» модифікації

- ? Як один з варіантів акупунктури можна вказати на часто вживаний спосіб припинення кровотечі. Для цього на деякій відстані від стікаючої кров'ю артерії вводять в тіло голку у вертикальному напрямку; потім її підводять під артерію і на тій же відстані з іншого її боку виводять голку назовні. Таким чином судина притискається голкою до м'язів і кровотеча припиняється.
- ? Ще один різновид акупунктури, так званий бауншейтізм полягає в наступному: за допомогою спеціального інструменту проводиться укол шкіри безліччю голок одночасно, а потім це місце змащується дратівливим засобом (наприклад, маслами).
- ? Розширилося застосування цього засобу, і з застосуванням до нього електричного струму (електропунктура) що значно посилено його дію. При цьому вводять в тіло дві голки, і між ними пропускають струм

Акупунктурні меридіани: 12 основних, 2 додаткових, 4 чудесних меридіани, також існують позамеридіанні та нові акупунктурні точки, біля 800 активних точок

? До основних меридіанів належать:

? Меридіан легень (I, P)

? Меридіан товстої кишки (II, G)

? Меридіан шлунку (III, E)

? Меридіан селезінки-підшлункової залози (IV, E)

? Меридіан серця (V, RP)

? Меридіан тонкої кишки (VI, IG)

? Меридіан сечового міхура (VII, V)

? Меридіан нирок (VIII, R)

? Меридіан перикарду (IX, MC)

? Меридіан трьох обігрівачів) (X, TR)

? Меридіан жовчного міхура (XI, VB)

? Меридіан печінки (XII, F)

? До додаткових меридіанів належать:

? Передньосерединний меридіан (XIV, VG)

? Задньосерединний меридіан (XII, VC)




До плюсів рефлексотерапії відносять:


- ? відсутність алергічних реакцій і побічних ефектів;
- ? можливість вирішення широкого кола проблем;
- ? незалежність від віку пацієнта;
- ? отримання швидкого результату.



Акупунктура



? метод лікування за допомогою впливу металевими голками або припіканням на біологічно активні точки організму.




ГОЛКОВОКОЛЮВАННЯ З МАЛИМ КРОВОПУСКАННЯМ

? Традиційне лікування кровопусканням пункцією вени в давнину називалося "розтинання вени", "укол у вену" або "лікування уколом у вену". Лікувальний ефект може бути швидким під час лікування як гострих, так і хронічних захворювань. У дитячій практиці цей метод добре зарекомендував себе при гострих захворюваннях з високою температурою. Нині виділяють кілька варіантів малого кровопускання: укол товстою, тригранною (списоподібною) або спеціальною голкою в акупунктурну точку з наступним виділенням однієї або декількох краплин крові. укол в поверхневу венозну судину або венозну сітку в ділянці акупунктурної точки або зони; банкове кровопускання, яке можна застосувати з двома першими варіантами, тобто коли після уколу в акупунктурну точку або поверхневу вену з одержанням крові на місце уколу ставлять медичну банку, що збільшує виділення крові.



Мікроголокотерапія

- ? це метод рефлексотерапії, сутність якого полягає в тривалому впливі на точки акупунктури шляхом введення і залишення в них спеціальних акупунктурних голок (мікроголки) на строк до декількох днів.
- 

Поверхнева голкорексотерапія

- ? накладення тупих голок на великі ділянки шкірних покривів
- ? ступінь подразнення
- ? Слабке подразнення не супроводжується вираженим відчуттям болю, після процедури на шкірі відзначається легка нестійка еритема. Тривалість процедури 5-7 хв.
- ? Середнє подразнення супроводжується незначним болем, який проходить одразу після сеансу. Характерна значна стійка еритема. Тривалість процедури 7-10 хв.
- ? Сильне подразнення супроводжується відчуттям болю.
- ? Після сеансу в місцях впливу, крім стійкої еритеми, спостерігаються крапкові крововиливи, що зникають через декілька днів.
- ? Тривалість процедури 10-15 хв.
- ? При надсильному подразненні дія впливу близька до порога терпимості больового подразнення.
- ? Хворий насилу переносить біль і може просити, щоб процедуру припинили.
- ? Реакція шкіри значно сильніша, ніж при подразненні сильного ступеня. Тривалість процедури до 20 хв

Акупресура

- ? **Метод не потребує використання спеціальних предметів. Проводиться механічне вплив пальцями рук на активні точки тіла. При цьому цілісність шкірного покриву не порушується.**
- ? **При правильному натисканні можна активізувати різні функції організму, що приведе до позитивного ефекту (покращиться обмін речовин, прискорюються відновні процеси в тканинах).**
- ? **В основі акупресури лежить подразнення механорецепторів шляхом натискання (пресації) в зонах акупунктури. Точковий масаж може застосовуватися самостійно і бути компонентом загального чи сегментарного масажу. Він має високу ефективність, доступний, може бути рекомендований для виконання самим хворим або його близькими з метою профілактики, наприклад, для лікування і профілактики ГРВІ та ін. Проведення точкового масажу передбачає застосування основних засобів класичного масажу (погладження, розтирання, розминання, вібрація), трансформованих в особливі засоби залежно від анатомічних особливостей акупунктурної зони і мети дії. Найчастіше масаж виконують кінчиком одного (I, II), двох або трьох (I, II, III) пальців, рідко бічною поверхнею чи основою кисті.**



Апірефлексотерапія

- ? Апірефлексотерапія - вплив на органи і системи людини через точки акупунктури у вигляді укусу бджоли медоносної .

Термопунктура

- Суть методики полягає в застосуванні високих температур **(прогрівання)** в активних точках. Саме тому термопунктуру називають прогріванням або припіканням. Найчастіше використовуються полинові сигари (мокс). Їх розмір — 10-15 мм завдовжки і 5-7 мм в діаметрі. Нижня частина має спеціальне кріплення (присоску), з допомогою якого вона встановлюється на тілі пацієнта. Температура тління сигари досягає 2000°C.
- *Обережно застосовувати в ділянках обличчя, шиї, потилиці, поблизу великих судин, волосистих частин тіла!*
- **Кріопунктура** - вплив холодом.



Методика термопунктури

- ? Методика термопунктури Існує три види впливу: стабільний, переривчастий і погладжуючий.
- ? При стабільному впливі тепловипромінювач встановлюють на такій відстані від поверхні шкіри в зоні акупунктури, щоб хворий відчував сильне тепло в цій зоні. Тривалість процедури 5-10 хв. і більше. Здійснюється сильний подразнюючий вплив.
- ? Переривчастий вплив полягає в ритмічному наближенні до точки акупунктури і віддаленні від неї тепловипромінюючого джерела. Тривалість процедури 2-5 хв.
- ? Здійснюється слабкий подразнюючий вплив. Прасувальний вплив передбачає прогрівання не тільки акупунктурної, а і порівняно більшої зони шляхом безперервного пересування тепловипромінювача на близькій відстані паралельно ділянці шкіри, що прогрівається.



КРІОПУНКТУРА

- ? Кріогенна (холодова) дія АТ здійснюється спеціальними металевими конусами, в які вкладають лід. Іноді використовують розсіювання хлоретилу.
- ? Кріопунктуру хворі переносять легко.
- ? Метод ефективний при больових синдромах, спастичних парезах, судомах, гіпертонічній хворобі.
- ? У педіатричній практиці застосування кріопунктури більш доцільне при ДЦП для зниження високого тону м'язів.

Лазеропунктура

?вплив на організм людини низькочастотним лазерним випромінюванням інфрачервоного діапазону з лікувальною метою.

?**Основна ланка впливу**– це точка акупунктури при застосуванні лазеропунктури або зона лазеротерапії при застосуванні зональної лазеротерапії. Це локальна ділянка, через яку здійснюється лікувальний вплив.

?Важливим аспектом лазеропунктури є модуляція частоти. Вона є різною в залежості від властивості точок, на які здійснюється вплив.

Для седативних точок це частота 2-2.4 Гц;

?для тонізуючої точки до 10 Гц;

?для сигнальної точки-до 20 Гц;

? для точки входу чи виходу меридіана до 80 Гц;

? на точку посібник – до 160 Гц.

Експозиція індивідуальна, з урахуванням стану меридіану, на якому працюємо методом лазеропунктури.

ЛАЗЕРОПУНКТУРА

- ? Вплив на акупунктурну точку лазерним випроміненням.
- ? Для лазеропунктури найчастіше використовують малопотужні лазери, що генерують випромінення в червоній (довжина хвилі 632,8 нм) та інфрачервоній (820-980 нм) частині спектру.
- ? Нині впроваджуються інші види лазерного випромінення — аргонове (довжина хвилі 514,0 нм), вуглекисле (довжина хвилі 11106,0 нм) та ін.
- ? Лазеропунктура здійснюється як в безперерв ному, так і в імпульсному режимі випромінення
- ? Орієнтовні величини щільності потоку потужності — по рядку 5 мВт/см² (максимально 50 мВт/см²) на одну корпоральну точку і 2 мВт/см² — на аурикулярну точку.

ультразвукова терапія

- ? Один із різновидів сучасної ФП, в основі якого лежить застосування високочастотної акустичної енергії, що створюється ультразвуковими приладами.
- ? Використовують ультразвук з частотою, звичайною у фізіотерапевтичній практиці: 0,8-2,7 МГц, потужність 0,1-1 Вт/см² (для впливу на АТ частіше використовують ультразвук потужністю 0,25-1,0 Вт/см²).
- ? В останні роки використовується для впливу на АТ низькочастотний ультразвук частотою 22,44, 60 і 100 кГц.
- ? При цьому високочастотний УЗ (2,7 мГц) використовується для тонізації необхідних АТ, середньочастотний (0,8 мГц) — для гармонізації і низькочастотний (22-100 кГц) — для седативного впливу, особливо на точки співчуття і точки-глашатаї.

мікрострумова рефлексотерапія

- електричними імпульсами (мікрострумова рефлексотерапія)
- Мікртокова рефлексотерапія - це підвид електропунктура рефлексотерапії, заснований на впливі на біологічно активні точки і нейрорефлекторних зони свержмалімі електричними імпульсами. Завдяки своєму щадящому впливу, використовується, в основному, для корекції різних порушень роботи центральної нервової системи у пацієнтів дитячого віку. Вплив надмалих доз електричного струму практично безболісно, особливо порівняно з іншими методами рефлексотерапії, що ідеально підходить для лікування людей. Лікування мікрострумової рефлексотерапією можна починати з шестимісячного віку, оскільки саме до цього терміну шкірний покрив формується в достатній мірі для адекватного перенесення електротоківих впливів. Найчастіше цей метод використовується при лікуванні дитячогоДжерело: <http://ladyvlife.ru/krasa/kosmetologija/2567-refleksoterapija.html>
- ; Найчастіше цей метод використовується при лікуванні дитячого церебрального паралічу, мовних і когнітивних порушень. Проводиться рефлекторна активація відповідних зон головного мозку - зона мовлення, зона листи, асоціативна мовна зона, і так далі.Джерело: <http://ladyvlife.ru/krasa/kosmetologija/2567-refleksoterapija.html>

фармакопунктура;

- ? метод внутрішньошкірних та підшкірних ін'єкцій лікарських препаратів. Дія ліків направлено на поліпшення мікроциркуляції шкіри і стимуляцію в ній синтезу біологічно активних речовин.
- ? Фармакопунктура (аквапунктура, мезотерапія, пролотерапія) — один із різновидів сучасної АП. Проведення РТ із медикаментозним впливом називається фармакопунктурою.
- ? Методика проведення: на необхідну глибину вводять тонку пустотілу голку діаметром 0,4-0,5 мм до виникнення передбачуваних відчуттів. Потім через неї вводять лікарську речовину в кількості 0,3-0,5 мл на кожну точку (для аурикулярних точок 0,1 мм).
- ? Нині існує ряд модифікацій даного методу, в тому числі введення лікарських речовин не тільки в акупунктурні, а й у больові точки (тригерні пункти), а також у визначені метамери залежно від патології внутрішніх органів.

ФАРМАКОПУНКТУРА

- Можливий безголковий метод фармакопунктури, що являє собою введення лікарських речовин в акупунктурну зону за допомогою механічного ін'єктора. Застосовують мікроелектрофорез різних лікарських речовин, а також обробку точки акупунктури деякими подразнюючими речовинами (стимулін Д-1, па ста Розенталя тощо).
- В разі порушень руху застосовують прозерин, при больовому синдромі — новокаїн тощо. Доцільніше вводити в АТ подразнюючі біогенні та ферментативні речовини, анальгезуючі, вітамінні препарати, біогенні стимулятори, медіатори та ін. Фармакопунктура забезпечує тривалу стимуляцію АТ при інфільтрації її лікарською речовиною
- ФАРМАКОПУНКТУРА В ПОЄДНАННІ З УЛЬТРАФОНОФОРЕЗОМ Особливої уваги заслуговує фармакопунктура в поєднанні з УЗ-впливом, тобто після ін'єкції лікарської речовини в необхідну АТ проводиться ультразвуковий вплив на місце ін'єкції від 30 сек. до 1 хв. Таким чином, спостерігається своєрідний ультрафонофорез. Особливості дії: протибольова, вегетативно-трофічна, "руйнування" тригерних пунктів і різних затвердінь в тканинах (міагіаленозів, фіброзів та ін.), що особливо важливо при вертеброгенних больових та нейродистрофічних синдромах.

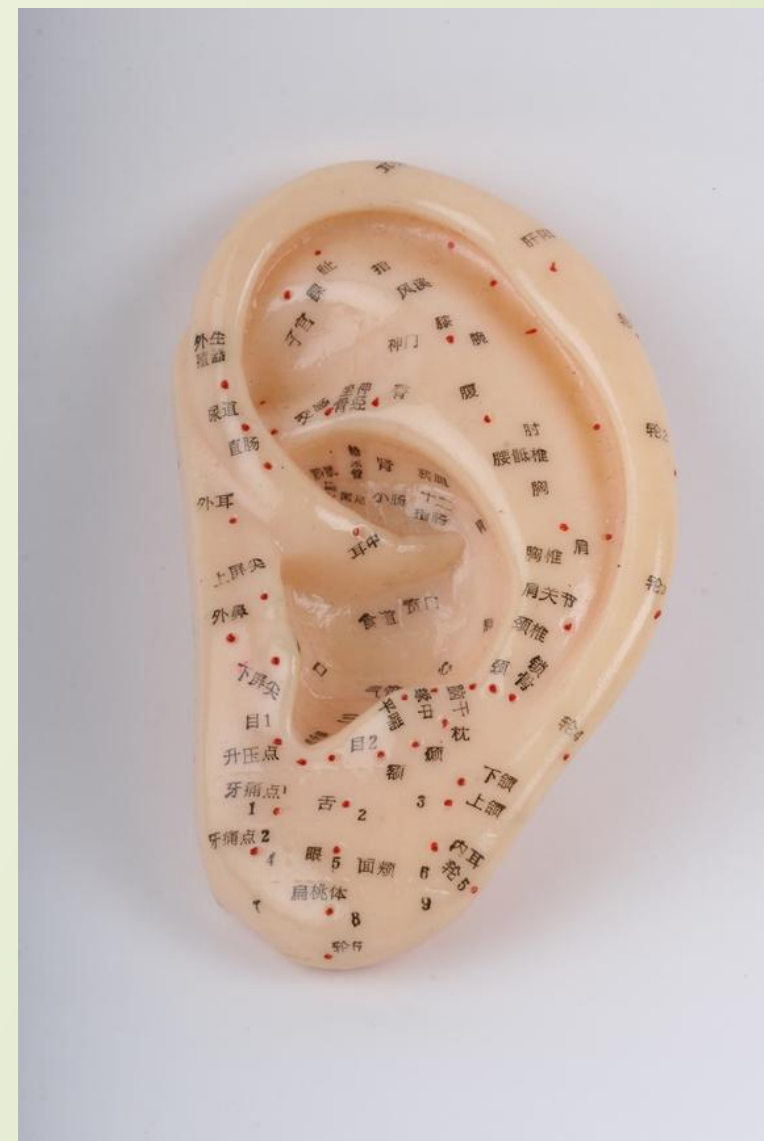
Аурикулотерапия

Французький лікар Поль Ножье , працюючи з емігрантами з Азії , проявив пильність і не пропустив повз своєї уваги насічки на вухах азіатів.

Ці насічки з'являлися у них після лікування традиційним на сході методом акупунктури тих чи інших захворювань.

Вивчаючи розташування насічок , Поль Ножье з'ясував , що впливи на певні точки на вушній раковині здатні впливати на стан наших внутрішніх органів і організму в цілому.

Подібні точки є не тільки на вухах , але і на поверх



Аурікулярна рефлексотерапія

?- це стимуляція біологічно активних точок, що знаходяться на вушній раковині. Спосіб впливу на ці точки може варіюватися: використовуються теплова, електрична, механічна та інші види стимуляції. На вушній раковині розташовується понад 200 точок, що говорить про унікальність цієї зони і крайньої користь її стимуляції. Вушна раковина дуже сильно іннервована, причому нерви, розташовані там, є виключно чутливими, а не моторними.

?Аурікулярна рефлексотерапія використовується як незалежно, так і в комплексі з класичної рефлексотерапією та іншими методами лікування, щоб доповнити і посилити їх ефект. Її цілющий вплив застосовується в лікуванні залежностей: алкоголізму, тютюнопаління, наркоманії, також як ліквідація ожиріння і больових синдромів.

?При лікуванні тютюнопаління використовується короткочасне (до 60 сек) вплив на відповідні вушні точки імпульсним електричним струмом. А при лікуванні підвищеної ваги застосовуються голки-кнопки. В даному випадку голки-кнопки ставляться на термін від 5 до 10 днів і заклеюються пластиром.



НЕІНВАЗИВНІ КОНТАКТНІ МЕТОДИ ВПЛИВУ

? Неінвазивні контактні методи впливу на точки акупунктури(ТА) та зони акупунктури(ЗА) електричним струмом.

У неврологічній практиці застосовуємо симетричний біполярний струм з експозицією 20 хв та синус модульований струм з швидкими коливаннями частоти від 10-до 10 000Гц.

УЛЬТРАФІОЛЕТОВЕ ОПРОМІНЕННЯ

- Ультрафіолетове опромінення (УФО) точок акупунктури цілюще впливає на перебіг багатьох захворювань (бронхіальна астма, виразка шлунка та дванадцятипалої кишки, радикулярний синдром, захворювання шкіри та ін.).
- Методика та техніка УФО акупунктурних точок: Спочатку визначають біологічну дозу (як це заведено в фізіотерапії), а наступного дня починають лікування.
- Після пошуку проводять опромінення 3-6 точок в один сеанс по 2 біодози на кожну (щоб уникнути опромінення сусідніх ділянок шкіри, застосовують щільні прокладки з отворами діаметром близько 5 мм).
- Опромінення тих самих точок можливе через 2-3 дні (після зменшення еритеми) з подальшим збільшенням часу опромінення до 5-7 біодоз.
- Курс лікування і кількість сеансів звичайні. Застосування даної методики заслуговує на особливу увагу в дитячій практиці, наприклад під час лікування гемолітичної жовтухи у новонароджених тощо.

ЕЛЕКТРОПУНКТУРА ТА ЕЛЕКТРОАКУПУНКТУРА

- **Електроакупунктура** - це метод впливу на точки акупунктури імпульсним електричним струмом низької частоти, який потенціює ефект класичного голковколювання .
- **Електропунктура** - один спосіб лікування електрикою; пропускання струму через укалюються голки.
- *Різновиди ФП, за яких вплив на АТ здійснюється електричним струмом, одержали назву електропунктура (поверхнева черезшкірна електростимуляція) і електроакупунктура (глибока електростимуляція через введені голки).*
- *Основні параметри електростимуляції точок акупунктури: напруга на виході апарата не перевищує 10-12 В, але регуляція інтенсивності здійснюється не за напругою, а за силою струму — від 0 до 500 мкА (в деяких випадках до 1-2 мА). Використовують і постійний (гальванічний), і змінний струм. За даними багатьох авторів, для ділянки голови припустима сила струму має не перевищувати 50 мкА, а для інших ділянок — не більш ніж 100 мкА (за умови, що пацієнт добре переносить процедуру). У випадках, коли необхідно досягти збуджуючої дії (слабкий ступінь стимуляції), слід обмежити тривалість процедури на одну точку від 30 сек. до 1-2 хв. змінним струмом. При гальмівній дії на АТ (лікування больових синдромів тощо) час експозиції змінним струмом зростає до 10-30 хв. і більше, а при електроакупунктурній анальгезії параметри струму слід по-с тійно змінювати від 0 до 500 мкА, частота імпульсів від 1 до 150 Гц і більше, тривалість 0,5-2,0 мс.*

ЕЛЕКТРОПУНКТУРА ТА ЕЛЕКТРОАКУПУНКТУРА

- ? Основні параметри електростимуляції точок акупунктури: напруга на виході апарата не перевищує 10-12 В, але регуляція інтенсивності здійснюється не за напругою, а за силою струму — від 0 до 500 мкА (в деяких випадках до 1-2 мА).
- ? Використовують і постійний (гальванічний), і змінний струм.
- ? За даними багатьох авторів, для ділянки голови припустима сила струму має не перевищувати 50 мкА, а для інших ділянок — не більш ніж 100 мкА (за умови, що пацієнт добре переносить процедуру).
- ? У випадках, коли необхідно досягти збуджуючої дії (слабкий ступінь стимуляції), слід обмежити тривалість процедури на одну точку від 30 сек. до 1-2 хв. змінним струмом.
- ? При гальмівній дії на АТ (лікування больових синдромів тощо) час експозиції змінним струмом зростає до 10-30 хв. і більше, а при електроакупунктурній анальгезії параметри струму слід по-с тійно змінювати від 0 до 500 мкА, частота імпульсів від 1 до 150 Гц і більше, тривалість 0,5-2,0 мс.

Магнітопунктура;

- це вплив магнітів на біологічно активні точки. Перевага методу перед акупунктурою (голковколіванням) - безболісність процедури, виключення всякого роду зараження, в тому числі і СНІДом.
- Магнітне поле від мікромагнітів впливає на організм залежно від полюса, яким проводиться масаж: південний має тонізуючу, північний — седативну, а масаж ебонітом — гармонізуючу дію. Отже, використання масажу дозволяє диференційовано застосовувати три основні варіанти впливу і тим самим з успіхом замінити класичну акупунктуру (золоту голку — південним по полюсу, срібну — північним, сталеву — ебонітом).
- Впливати на точки АТ магнітним полем можна кількома способами. Один із найпростіших — накладання магнітофорів чи мікромагнітів (ММ). Принцип використання магнітофорів простий: пластини необхідного розміру накладають вище і нижче від зони локалізації болю або на найбільючіші ділянки тіла. Час впливу практично необмежений: від кількох годин до тижня при потужності від кількох мТл до 30-50 мТл. Особливості дії: протизапальна, протинабрякова, судинна, трофічна, покращуюча мікроциркуляцію та реологічні якості крові.



МІКРОПРЕСО- РЕФЛЕКСОТЕРАПІЯ

- ? Точковий масаж може бути доповнений цубо-терапією (мікропресорефлексотерапія), яка являє собою спосіб подовже ного впливу на механорецептори і полягає в накладанні й фіксації у зоні акупунктури кульок із нержавіючої сталі діаметром 1-3 мм (для аурикулярних точок — АРТ — дещо менших розмірів).
- ? Для підсилення терапевтичного ефекту хворий має періодично натискати на кульки.
- ? Зазвичай кульки накладаються на АТ, в які вводилися голки, після їх видалення. Кульки можна залишати на шкірі протягом 2-7 діб або до наступного сеансу АП, після якого за потреби використовують інші АТ.

Металотерапія -

- ? використання з профілактичною і лікувальною метою предметів з металів (іноді сплавів) у формі різних накладок на тіло (аплікатори, браслети, пояси, намиста, кліпси)
- ? Використовують пластини мідні, срібні, рідше сталеві та з інших видів металів. Тривалість використання і методика накладання пластин майже такі ж, як і для магнітофорів. У Франції, наприклад, використовується срібна фольга, в Японії — метод цубо (накладання металевих кульок діаметром 10-30 мм на точки акупунктури, зазвичай після голковколювання). Лікувальний ефект у разі використання металевих пластин пояснюється виникненням мікрострумів між шкірою (на її поверхні заряд "-") і металом ("+"). Можливе поєднання електрохімічного ефекту, що підсилює вплив лікувальної процедури. Показання найрізноманітніші, але найчастіше метод застосовують при хронічних процесах, що супроводжуються больовим синдромом, в дитячому і старечому віці..



Вакуумна рефлексотерапія (банки);

? вплив за допомогою вакуумної апаратури тиском (розрідженням повітря) на рефлексогенні зони з метою Локаль подразнення шкіри.

Для його проведення потрібно спеціальні банки, завдяки чому метод носить додаткові назви «баночна терапія» або спосіб «ковзної банки».

Гірудотерапії (п'явками).

- ? ефект навіть більший, оскільки до дії самих точок долучається ще й користь від кровопускання. Крім того, п'явки при укусах вприскують із слини спеціальну речовину – гірудин, який містить понад 20 ферментів. Гірудин запобігає утворенню тромбів, має бактерицидні, знеболюючі, протизапальні властивості, знімає набряки. Тому п'явки незамінні при лікуванні запущених хронічних хвороб та запальних процесів
- ? вплив на органи і системи людини через точки акупунктури за допомогою меіцинской п'явки і гірудопрепаратів
- ? Дуже важливо відзначити, що на Земній кулі відомо близько 400 видів п'явок і тільки вид медична п'явка та два її підвиди: аптекарська і лікувальна можуть використовуватися в медичній практиці



ВІБРОМАСАЖ

? Нині широко впроваджується метод вібраційної стимуляції за допомогою спеціальних вібромасажерів. Цей метод виявився найефективнішим при м'язово-тонічному больовому синдромі. Для одержання максимального ефекту частота коливань має бути в межах 10-200 Гц (найчастіше застосовують частоту 10 Гц), час впливу — 20-50 хв., середня сила тиску — 1 кг (амплітуда коливань 200-400 мкм). Ефект лікування подібний до того, що відбувається в разі черезшкірної стимуляції нервів, по зитивні результати відзначають в 70% випадків. Рекомендується обробляти безпосередньо больові зони чи точки. основою механізму вібраційної стимуляції є активізація тілець Пачині в сполучній тканині та первинних закінченнях у м'язових веретенах.

СОНОПУНКТУРА

? Дія на АТ звуковими хвилями різного тону (метод запропонований J. Lamy, 1967) на основі теорії природних циркадних ритмів, що існують для кожного органа. Вибір АТ звичайний. Звуки в діапазоні чутності подаються з генератора звуків на мембрану з насадженням стрижнем, що діє як камертон і сти мулює АТ звуковим масажем. Однак вплив звуку розглядають не як механічний масаж, а як вплив різних звукових частот на відповідні органи і психіку (E. Schick, 1983): звук "до" впливає переважно на функцію шлунка, селезінки, підшлункової залози, "ре" — на жовчний міхур і печінку, "мі" не діє на певний орган, "фа" впливає на сечостатеву систему, "соль" — на функцію серця, судин і тонкої кишки, "ля" — на легені і нирки, "сі" — на функціональну систему "формування теплоти". Низькі звуки впливають на нижню частину тіла, високі — на верхню, в тому числі на голову. Також має значення інтервал і гучність звуків. Дисгармонія неприпустима (E. Schick, 1983). В теперішній час в Росії виготовляється апарат "Вітафон", застосування якого дозволено в Україні. Апарат "продукує" мікровібрацію звукової частоти від 30 Гц до 15 кГц, яка автоматично змінюється протягом всієї процедури.

КХЧ-ПУНКТУРА

- ? *Метод, при якому з лікувальною метою на основі традиційної східної медицини застосовують міліметрові хвилі від 1 до 10 мм.*
- ? *В літературі зустрічаються різні назви цього методу: мікро хвильова резонансна терапія (МРТ), інформаційно-хвильова терапія (ІХТ), міліметрово-хвильова терапія (ММХТ), КХЧ-терапія. В основі МРТ лежить вплив нетепловим електромагнітним випроміненням (ЕМВ) міліметрового діапазону на АТ. При цьому ЕМВ певної резонансної частоти імітує сигнали, що виробляє організм, їхня дія сприяє відновленню пошкоджених функціональних систем організму. Подібна інформаційно-відновлювальна дія ЕМВ на організм людини має значний терапевтичний ефект. Особливості дії: резонансний характер поглинання енергії ММХ при впливі на біологічно активні точки визначає розвиток протизапальної, розсмоктуючої, протинабрякової, анальгетичної, регенеративної дії та ін.*

ступінь подразнення

- ? Слабке подразнення не супроводжується вираженим відчуттям болю, після процедури на шкірі відзначається легка нестійка еритема. Тривалість процедури 5-7 хв.
- ? Середнє подразнення супроводжується незначним болем, який проходить одразу після сеансу. Характерна значна стійка еритема. Тривалість процедури 7-10 хв.
- ? Сильне подразнення супроводжується відчуттям болю. Після сеансу в місцях впливу, крім стійкої еритеми, спостерігаються крапкові крововиливи, що зникають через декілька днів. Тривалість процедури 10-15 хв.
- ? При надсильному подразненні дія впливу близька до порога терпимості больового подразнення. Хворий насилу переносить біль і може просити, щоб процедуру припинили.
- ? Реакція шкіри значно сильніша, ніж при подразненні сильного ступеня. Тривалість процедури до 20 хв.



РЕКОМЕНДАЦІЇ РЕФЛЕКСОТЕРАПЕВТА

- ? організму потрібен повноцінний відпочинок;
- ? харчування має бути збалансованим і своєчасним;
- ? фізичні навантаження повинні бути помірними;
- ? щодня слід проводити не менше однієї години на свіжому повітрі;
- ? всі хвороби потрібно лікувати своєчасно і до кінця;
- ? не варто займатися самолікуванням - це загрожує серйозними ускладненнями.

В залежності від стану здоров'я спортсмена існують різні підходи лікування в методах рефлексотерапії:

Магнітолазеропунктура - як відомо, при застосуванні низькочастотних лазерних терміналів відбувається активізація компенсаторно-адаптаційних можливостей організму, саме так відбувається позитивний вплив на загальний стан і гемодинаміку на локальному рівні, дія магнітолазера спрямована на швидкість біофізичних та біохімічних процесів в клітинах, прискорює кровоток, зменшує запальний процес і біль в зоні травми.

- ? Голковколювання - рефлекторна дія на центральну і периферичну нервові системи;
- ? Прогрівання моксами (китайська полинна сигара) - зняття болю і поліпшення кровообігу в патологічній ділянці;
- ? Акупресура - покращує мікроциркуляцію і підвищує тонус м'язів в патологічних ділянках;
- ? Сегментарна акупунктура - знімає спазм, покращує кровообіг, іннервацію в належному сегменті;
- ? Вакуумний масаж - знімає біль, покращує метаболічні процеси в м'яких тканинах, м'язах, суглобах, сухожиллях;
- ? Фармакопунктура - введення медикаментів в біологічно активні точки(БАТ);



Дякую за увагу!