

Двадцять друга година. Працездатність падає. Вступають в силу реакції парасимпатичної нервової системи. Люди, обізнані з біоритмікою життя в цей час засинають.

Двадцять третя година. Найнижча активність капілярів, артеріальний тиск падає. Організм найбільш схильний до кровотеч, запальних процесів. Знижується обмін речовин, частота серцебиття.



Мал. 2 Біоритми спокою і праці (матеріали Л.Глибіна)

Орієнтири здорового способу життя людей. На думку В.В.Волкова, орієнтирами є біологічний годинник Землі і створений ним спектр електромагнітних коливань. Ця родонна пара, Сонце і Земля, створили все, що є на Землі.

Знання біоритміки людини дозволяє зробити затухаючу коливальну систему біофільтрів «Людина» слабозатухаючою.

Потрібно замкнути в «кільце» річний виток «спіралі життя» в людини, щоби припинити процес подальшого постаріння організму.

Біоритмічно «розгойдувати» систему біофільтрів людини для збільшення амплітуди коливань, що дасть можливість пришвидшити процес омолодження при умові виконання світлових характеристик кожного сезону та міжсезоння Біогодинника.

Постійно виводити конкурентів та аналогів видимого світла із системи біологічних фільтрів, поповнюючи клітини водою, розуміючи, що водневі зв'язки води є надійним приймачем електромагнітних коливань Космосу, Сонця та Землі.

Які засоби допомагають це зробити? Насамперед, це конкретна їжа, що притаманна кожній расі, це світловий режим території проживання, це мова спілкування.

ЛІТЕРАТУРА

1. Агаджанян Н.А. Ритмы жизни и здоровья. М.: Знание, 1975 – 96 с.
2. Агаджанян Н.А., Шабатура Н.Н. Биоритмы, спорт, здоровье. М.: Физкультура и спорт, 1989 – 208 с.
3. Биологические ритмы. В 2-х т. Т.1. Пер. с англ. – М.: Мир, 1984 – 414 с.
4. Биологические ритмы. В 2-х т. Т.2. Пер. с англ./Под ред. Ю.Ашоффа – М.: Мир, 1984 – 262 с.
5. Волков В.В. Медицина бессмертия и 280 лет земной жизни –СПб: Валери СПД, 2002 – 288 с.
6. Геник С. Скарби здоров'я навколо нас. Івано-Франківськ: Нова Зоря, 2002 – 680 с.
7. Гербер Ричард. Вибрационная медицина/ Перев. с англ.-М.: ООО Издательство «София», 2008 – 592 с.
8. Новиков С.С., Деряпа Н.Р. Биоритмы, космос, труд – СПб: Наука, 1992 – 256 с.
9. Г.Л.Фельдман. Биоритмология. Издательство Ростовского университета, 1982 – 80 с.

О.О.СЛІНЬКО, К.В.РАЗУМОВСЬКИЙ ВИКОРИСТАННЯ ЕКОТРЕНАЖЕРА-МАСАЖЕРА К.РОЗУМОВСЬКОГО ПРИ ЛІКУВАННІ ЗАХВОРЮВАНЬ ОПОРНО-РУХОВОГО АПАРАТУ

Стаття присвячена опису застосування екотренажера К.Разумовського при лікуванні захворювань опорно-рухового апарату.

Стаття посвящена описанию применения экотренажера К.Разумовского при лечении заболеваний опорно-двигательного аппарата.

The article is appointed to the description of using of ekotrenager s of K.Razymovsjkuj for the treatment of body's diseases.

Людина завжди знаходилась під тиском повітря, води, гравітаційних та інших космічних сил. В організмі існує тиск артеріальний, венозний, тиск ліквора. Кожний рух пов'язаний з напруженням, тобто силою тиску, створюючи природний масаж судин, тканин, м'язів внутрішніх органів.

«Центр корекції постави» Оксани Слінько вперше в Україні представляє абсолютно новий підхід до профілактики та лікування сколіозів, кіфо-лордозів, остеохондрозів та інших захворювань опорно-рухового апарату.

В прагненні до постійного вдосконалення методики «Центр корекції постави» в квітні 2007 р. розпочав науковий експеримент із застосуванням нового авторського винаходу: екотренажера-масажера Костянтина Разумовського. Одночасно програми центру увійшли до міжнародної програми суспільного освітньо-практичного руху «Слов'янський синтез».

Під час проведення експерименту виявилось, що при застосуванні екотренажера-масажера в лікуванні сколіозів – результати лікування в поєднанні з авторською методикою О.Слінько значно покращились. Особливо у випадках статичних, функціональних та ідеопатичних сколіозів I-III-ї ступенів.

Відомо, що сколіотична хвороба розвивається у 2-х напрямках: латеральній флексії (бічному викривленню хребта) та послідуєчій торсії (горизонтальній скрутці хребта). На такі зміни в біомеханіці тіла реагують в першу чергу зв'язковий апарат і самі м'язи хребта. Тому підхід до лікування має бути комплексним.

Екотренажер-масажер Розумовського при всій своїй простоті в конструкції та доступності у використанні поєднав одразу декілька важливих для лікування захворювань опорно-рухового апарату функцій.

Це аутогравітаційний ефект, при якому дерев'яні ролики екотренажера під час натискання на навколохребцеві м'язи, кров і лімфу, ліквідують одночасно венозний та лімфатичний застій. При цьому розслабляються спазмовані м'язи та відбувається ефективно розтягнення хребта. Одночасно відбувається зміцнення всього м'язового корсету. Інтенсивність та силу впливу на різні ділянки хребта (шийну, грудну, поперекову) можна регулювати перестановкою найбільш великого (активного) ролика.

Ще одна функція, яку виконують ролики екотренажера, це вплив на активні точки рефлексогенних зон організму людини. За меридіональною топографією традиційної східної медицини локальний вплив здійснюється по паравертебральним ділянкам хребта, які визначаються меридіаном сечового міхура. Вплив на організм цих зон і точок відповідно описується в меридіональній системі енергетичних взаємовідносин східної традиційної медицини. Оскільки за східною концепцією через вплив на меридіан сечового міхура лікуються всі хвороби меридіана нирок, то, виконуючи вправи на екотренажері Розумовського, ми здійснюємо вискоєфективний та профілактичний вплив на серцево-судинну, травну, сечову і м'язову системи людського тіла.

Ще однією ефективною функцією є розтягнення зв'язок з невеликою амплітудою рухів, що особливо безпечно. Під час розтягнення відновлюється рухливість хребців і суглобових з'єднань. За допомогою активного ролика ми підіймаємо один руховий сегмент вище по відношенню до другого і створюємо ефект сходинки з мінімальним та безпечним витягінням зв'язкового та м'язового апарату хребта.

До не менш важливих функцій екотренажера-масажера відноситься масаж – точковий, сегментарний і меридіональний. Вищеназвані функції екомасажера-тренажера К.Разумовського підходять абсолютно всім категоріям людей незалежно від віку.

За результатами спостережень під час досліджень «Центру корекції постави» О.Слінько виявились додаткові функції, які виконує екотренажер. За допомогою активного ролика можна корегувати викривлення хребта в сагітальній та фронтальній площинах. Застосовуючи активний ролик в проекції викривлення хребта в сагітальній площині у випадках захворювань на юнацький постуральний кіфоз з локалізацією в грудній або грудо-поперековій ділянках хребта.

Відбувається активна редресація та ефективний пелотний вплив - противигин на деформовану ділянку хребта. Достатньо просто двічі на день по 3-6 хвилин полежати з активним роликом на вершині викривлення і з часом відмічається покращення основних показників лінійних вимірів хребта. Зазвичай при лежанні на медицинболах або тенісних м'ячиках, плечовий показник людини

піднімається на 3-6%, але, з моменту застосування екотренажера на повторній діагностиці, плечовий показник піднявся до 9-10%. Для лікування сколіозів Центр застосовує розроблені схеми комбінацій активного і пасивного роликів. Крім цього, в додатковому комплекті до тренажера, є спеціальні рельєфні насадки, які ми застосовуємо асиметрично.

У випадку ідеопатичних грудо-поперекових «S» подібних сколіозів II-III-ї ст. з вершинами на Th VI – Th VIII хребцях справа з пологим гібусом та статичною відповіддю в поперековій ділянці вершиною на L II – L IV зліва з утворенням м'язового валика, можна застосовувати асиметричну комбінацію активного рельєфного ролика одночасно з пасивним в проекції грудної ділянки хребта, де активний рельєфний ролик буде зліва в ділянці ввігнутості сколіотичної дуги, а пасивний справа на гібусі зі сторони випуклості сколіоза.

Відповідно в проекції поперекової ділянки хребта доцільно ставити активний ролик, щоб він знаходився справа зі сторони ввігнутості сколіотичної дуги, а пасивний ролик зліва, зі сторони випуклості сколіоза.

Наші спостереження твердять, що оскільки сколіотична хвороба характеризується порушенням симетрії паравертебральної мускулатури, то асиметричний масажний та тренувальний вплив екотренажера – масажера К.Разумовського компенсує та корегує роботу навколохребцевих м'язів і безумовно має загальний лікувальний вплив на організм людини.

Покращення стану хворих підлітків на сколіоз після регулярного 6-ти місячного використання екомасажера за спеціально розробленими схемами були підтверджені даними повторної діагностики: за результатами лінійних вимірів ромба Мошкова симптому положення лопаток зменшились до норми у більшості випадків, а також зменшенням девіації і відновленням симетрії центральної вісі хребта.

Тренажер можна використовувати при лікуванні кіфосколіозів III-IV-ї ст. з метою ортопедичної корекції ребрових гібусів. В цьому випадку пацієнт лягає вершиною ребрового гібуса на активний ролик і не рухається. Необхідно просто максимально розслабитись від 3-х до 15-ти хв. Ця ортопедична корекція виконує деторсію в горизонтальній корекції. Тіла хребців з торсійною закруткою, які характерні при кіфосколіозах, під тиском активного ролика починають розвертатись в сторону, протилежну торсії. Цьому положенню сприяє різниця у висоті між активним і пасивним роликом. Особливо таке лікування положенням корисне при складних сколіозах з трьома вершинами, де застосування асиметричної гімнастики неможливе через маленьку відстань між вершинами сколіотичного викривлення.

Систематична активація рефлексогенних зон хребта людини позитивно впливає на самопочуття та здоров'я людей.

Екотренажер-масажер К.Разумовського не тільки корисний для лікування багатьох захворювань хребта, але й підвищує імунітет, сповільнює старіння та омолоджує організм. Він повинен бути в спортивному залі кожного навчального закладу для профілактики сколіозів і формування правильної постави підлітків.

ЛІТЕРАТУРА

1. В.Н.Набойченко, И.М.Данилов „Мануальная терапия от А до Я”. Киев. Атики. 2004.
2. В.Н.Набойченко, В.М.Бочковский „Ключ к здоровью без лекарств” Киев, 2007.

VĚRA SOUKUPOVÁ

CRISIS AND DETERIORATION OF VALUES IN CONNECTION WITH THE ECONOMY. GLOBAL PROBLEMS.

Додаток ґрунтується на статті «Причини соціально-екологічної та економічної кризи і можливі шляхи її рішення».

Дополнение основывается на статье «Причины социально-экологического и экономического кризиса и возможные пути его решения».

The paper follows on from the article Causes and Potential Solutions to the Social/Environmental and Economic Crisis.

Príspevek navazuje na článok Príčiny a možná řešení sociálně-ekologické a ekonomické krize.

Криза людських цінностей є тісно пов'язана з економічними аспектами і також з глобальними проблемами, які небезпечно загрожують здоров'ю планети і життю людей.