

Запорізький державний медичний університет

АКТУАЛЬНІ МЕТОДИКИ РЕФЛЕКСОТЕРАПІЇ

Доцент кафедри фізичної реабілітації, спортивної медицини,
фіз.виховання і здоров'я, к.мед.н.

Малахова Світлана Миколаївна

Метод голковколювання полягає у впливі на організм з лікувальною метою різних за силою, характером, інтенсивністю та тривалістю подразнень, які наносяться на строго певні точкові ділянки, розташовані в області шкірної поверхні голови, обличчя, тулуба і кінцівок за допомогою спеціальних (акупунктурних) металевих голок.






Голкорексфлексотерапія (акупунктура) - один з традиційних китайських методів лікування, щодо якого до сьогодні існують розбіжності.

Дехто вважає, що з його допомогою можна позбутися будь-якої хвороби, інші - заперечують будь-яку користь.

У наш час голковколювання - визнаний метод, зі своїми показаннями і протипоказаннями.

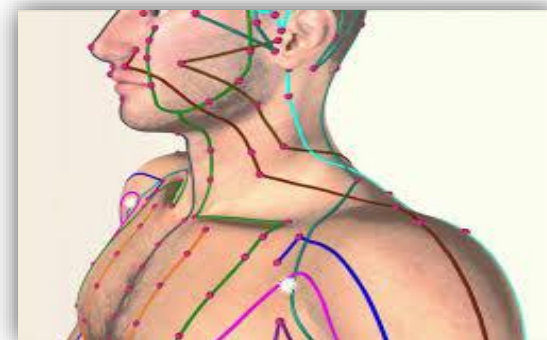


На Сході голковколювання застосовується з найдавніших часів. Достовірно невідомо, коли з'явилась ця методика лікування, але перші згадки про акупунктуру датуються приблизно 1600-1100 рр. до н.е.

Суть лікування голковколюванням полягає у впливі на біологічно активні точки організму тонкими медичними голками. Доведено, що в залежності від місця впливу можна отримати «відповідь» різних органів у вигляді рефлексорних реакцій.

Всього на тілі людини
більше 500 точок.

Вони з'єднуються
«меридіанами»
(каналами), що проходять
через весь організм.
Більшість цих точок
пов'язані з анатомічними
орієнтирами на тілі:
судинами, ділянками
м'язів, нервовими
закінченнями і т.ін.



Теорії механізму впливу

Знеболююча дія

голки при введенні збуджують чутливі нервові закінчення. Сигнал від них досягає головного мозку швидше, ніж хворобливі імпульси від уражених органів. В результаті виділяються гормони, які мають знеболюючу дію;

Виділення ендорфінів

при збудженні біологічно активних точок гіпофіз виділяє ендорфіни, які нормалізують загальний стан нервової системи і додатково мають анальгезуючу дію;

Тканинна теорія

голки провокують вивільнення поживних елементів з пошкоджених тканин. Ці речовини стимулюють процеси відновлення, сприяють підвищенню імунітету, збагаченню киснем;

Нервово-рефлекторна теорія

при введенні голок активізуються ділянки мозку, які відповідають за роботу певних органів. В результаті вони краще забезпечуються кров'ю і поживними речовинами;

Ефект плацебо

З середини 1950-х років і по теперішній час існує точка зору, що в основі дії акупунктури лежить ефект плацебо. Іншими словами, метод вважається ефективним настільки, наскільки вірять в нього пацієнти і їх лікарі. Кілька останніх клінічних досліджень німецьких вчених з Nordic Cochrane Centre про використання акупунктури з анестезуючою метою (лікування хронічного головного болю і мігрені, поперекових болів при радикуліті і т.ін.) показали, що дія використовуваного в даний час в клінічних умовах методу майже не залежить від глибини і місця установки голок і її тривалості, і в більшій частині базується на ефекті самонавіювання

Ефект від лікування

- ✓ зменшує больові відчуття в зоні уражених ділянок/ органів;
- ✓ підвищує збагачення органів і тканин киснем;
- ✓ збільшує приплив крові до хворих ділянок;
- ✓ знімає напругу в м'язах;
- ✓ нормалізує циркуляцію поживних речовин;
- ✓ виводить токсини;
- ✓ покращує психічний стан;
- ✓ зменшує набряки;
- ✓ активізує вироблення певних гормонів;
- ✓ зміцнює імунітет;
- ✓ покращує стан шкіри, нігтів, волосся.

Протипоказання


- ✓ Загальний важкий стан хворого;
- ✓ Відсутність контакту з пацієнтом;
- ✓ Гострі захворювання;
- ✓ Загострення хронічних хвороб;
- ✓ Гіпертермія;
- ✓ Хвороби крові;
- ✓ Новоутворення;
- ✓ Гіпертонічний/гіпотонічний криз;
- ✓ Прогресування серцево-судинної, легеневої, печінкової, ниркової недостатності;
- ✓ Порушення цілісності шкіри та слизових оболонок;
- ✓ Вагітність;
- ✓ Негативне ставлення пацієнта до методів рефлексотерапії.

Побічні реакції

- ✓ Гематома, яка виникає в результаті ураження судин. У цих випадках показано спочатку місцеве застосування холоду, потім - сухе тепло для розсмоктування.
- ✓ Виражена вегетативна реакція, що найбільш часто спостерігається у хворих з низьким порогом больової чутливості під час першої процедури при занадто інтенсивному подразненні.

Реакція може проявлятися блідістю шкіри, падінням артеріального тиску, запамороченням, нудотою, непритомністю. У таких випадках голки виймають, хворому надають горизонтальне положення з опущеною головою. Хворого необхідно зігріти, за необхідністю застосовують лікарські препарати (кордіамін, камфора).

- ✓ Викривлення і переломи голок спостерігаються при поганій якості голок і їх неправильному введенні, а також при рухах хворого під час процедури. Витягають викривлену голку обережно, не обертаючи її. При переломі голки уламок видаляється оперативно або пінцетом, якщо це можливо.
- ✓ Ускладнення у вигляді вторинної інфекції зустрічаються при недотриманні правил асептики і антисептики.
- ✓ Певну небезпеку становить сама процедура традиційного голковколювання, яка супроводжується мікротравматизацією тканин. При неправильному проведенні процедури, недостатніх знаннях особливостей топографічної анатомії можуть бути пошкоджені великі судини та нерви (область шиї, обличчя)



Для досягнення позитивних результатів лікування необхідно дотримуватись цілого ряду умов, в іншому випадку лікування може виявитися неефективним.

Основним правилом є підбір хворих, які дійсно мають показання до проведення лікування методом рефлексотерапії, причому не тільки за нозологічними показаннями, а й з урахуванням індивідуальних особливостей.

Необхідно встановити психологічний контакт з хворим, проведення курсу лікування повинно бути вкрай обережним, слід дотримуватись усіх правил проведення процедур.



Вельми часто причиною невдалої рефлексотерапії можуть бути інтеркурентні захворювання або загострення хронічної соматичної патології, а також інтоксикації.

Не слід проводити лікування на тлі масивної медикаментозної терапії, бо деякі з лікарських препаратів можуть спотворити рефлексорні реакції організму, які є основою терапевтичної дії рефлексотерапії.



При зниженні порога
больової чутливості

точковий
масаж

електро
пунктура

лазеро
пунктура

Традиційна акупунктура



Слід зазначити, що існують люди, резистентні до рефлексотерапії.

За різними даними, вони становлять від 5 до 15%.

Недоліки рефлексотерапії

Метод рефлексотерапії передбачає досить тривале лікування, курсами.

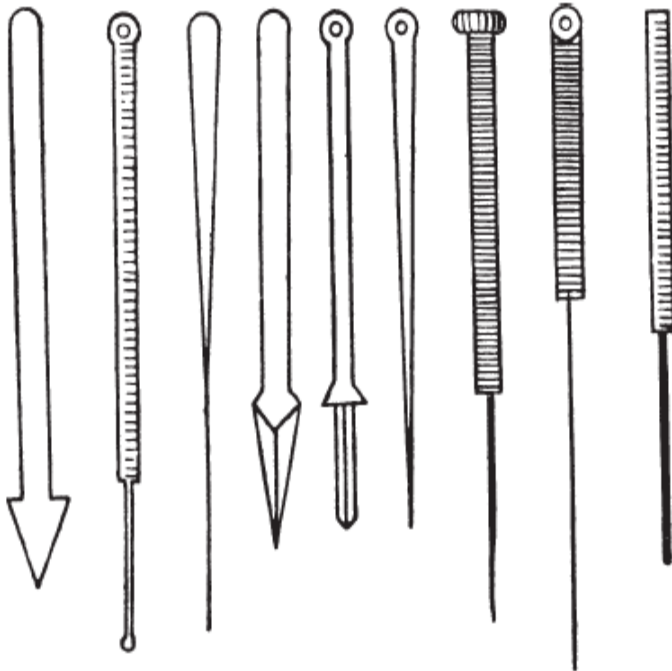
Виразність ефектів акупунктури після одноразової процедури часто вельми невелика і в основному спостерігається при лікуванні больових синдромів внаслідок функціональних порушень.

Зазвичай потрібне проведення курсу (10-15 процедур) або навіть декількох курсів лікування.

Лише у дерматологічній практиці в дуже рідкісних випадках позитивного ефекту вдається домогтися впродовж невеликої кількості процедур.

Голки для акупунктури

У давнину з метою подразнення використовувалися гострі кінці каменів, уламки порцеляни, голки з бамбука і лише в подальшому, з появою в VI столітті до н. е. металу, почали виготовляти залізні, срібні і золоті голки.



Існувало 9 форм голок, серед них були циліндричні, плоскі, круглі, тригранні, списоподібні, голки з гострим і тупим кінцем.

Ці голки призначались не тільки для акупунктури, але й служили одним з основних хірургічних інструментів.

Голки повинні мати певні властивості:

- ✓ гнучкість,
- ✓ пружність,
- ✓ відсутність деформації,
- ✓ антикорозійність.



Голка складається з

- ✓ ручки,
- ✓ основи,
- ✓ стрижня,
- ✓ кінця.



Ручка повинна бути зручною для введення, обертання і вилучення голки з тканин; вона виготовляється з одного або двох шарів металевого дроту, навитого спіралью на верхній кінець стрижня.

Стрижень голки повинен бути гладким, рівномірним по діаметру на протязі всієї довжини голки.

Стрижень і ручка голки не повинні бути спаяні, а виготовлені з одного цільного шматка металевого дроту з тим, щоб запобігти небезпеці відлому ручки від стрижня при введенні і витяганні голки з тканин.

Кінчик голки повинен бути притупленим, щоб не травмувати тканини, не порушувати їх цілості і не викликати хворобливих відчуттів.



Класифікація голок для акупунктури

За складом металу

- ✓ з нержавіючої сталі
- ✓ зі срібла
- ✓ золоті

Голки з нержавіючої сталі відрізняються великою гнучкістю, пружністю і малим ступенем окислення.

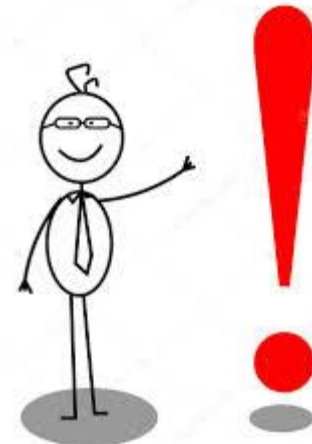
Срібло і золото - м'які метали, тому при виготовленні голок користуються зазвичай сплавом, що складається для срібних голок з 80% срібла, 17% червоної і 3% рафінованої міді, а для золотих голок - з 75% золота, 13% срібла і 12% міді. Такий сплав надає голкам пружність, необхідну для введення в тканини.

У традиційній східній медицині надавалося велике значення металу, з якого виготовлена голка; вважалося, що золота голка надає організму збудливу, а срібна - заспокійливу дію.



У разі подразнення з ефектом тонізації голка лише на короткий час залишається в точці введення.

У разі седативної дії, навпаки, голка неодноразово витягується і вводиться знову ще глибше або навіть обертається в точці введення, для отримання більш сильного подразнення.



- ✓ одноразові,
- ✓ багаторазові

- ✓ корпоральні,
- ✓ аурикулярні

Аурикулярні - це голки для акупунктури, які використовуються для аурикулорефлексотерапії.

При виготовленні таких голок використовують хірургічну нержавіючу сталь. Складається така голка зі стержня довжиною від 1 до 15 мм і кільцеподібно зігнутої рукоятки.

При аурикулотерапії мікроголки ставляться на вухо на тривалий час: від 7 до 10 днів.



Точковий масаж (акупресура)



Акупресура - один із численних методів рефлексотерапії, в основі якого лежить механізм подразнення шкіри та зон біологічно активних точок шляхом натискання (пресації).

Акупресура базується на рефлексорній взаємодії таких точок з різними органами і системами організму, має свої різновиди, які відрізняються за механізмами впливу і застосуванням різноманітних засобів, але місцем впливу практично завжди є точки акупунктури.

На відміну від загальноприйнятого масажу методика точкового масажу полягає у впливі шляхом обертальних рухів, що проводяться долонною поверхнею кінцевої фаланги II, III або I пальців правої руки в строго певні, різко обмежені точкові ділянки шкіри, відповідні зоні розташування точки.



Аплікатор Ляпко



Це еластичні гумові пластини і валики, виготовлені з гуми медичного призначення (з використанням тільки натурального каучуку) з оригінально закріпленими в них голками з необхідних для організму металів (цинку, міді, заліза, нікелю, срібла і золота).



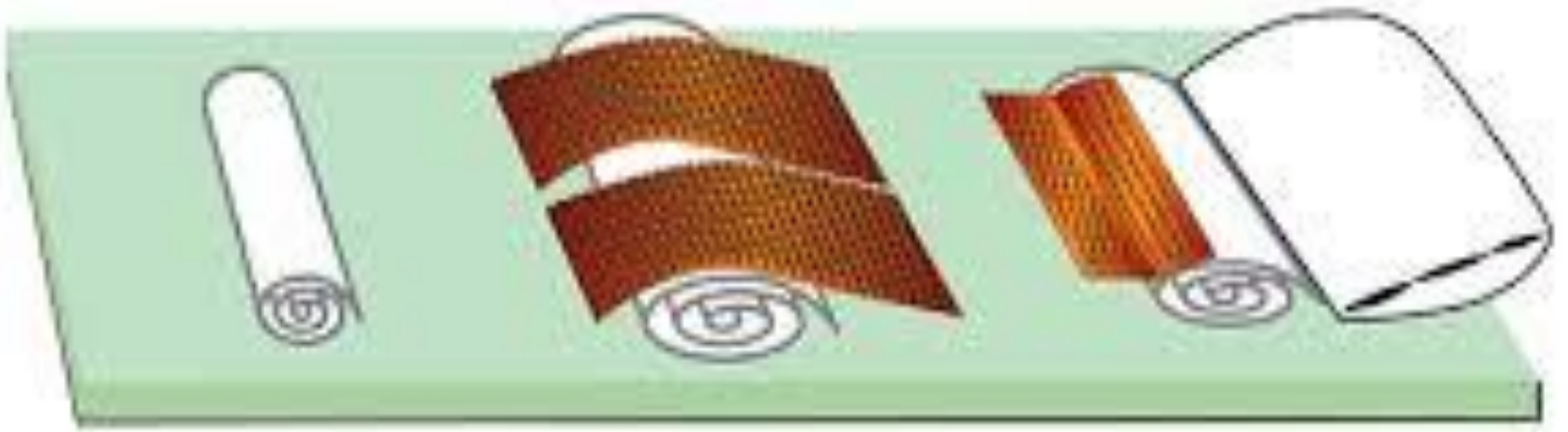
Базові метали основи голок - це мідні (латунні) і залізні голки, все або частину яких мають покриття з іншого металу (вільний тільки кінчик голки).

Для комфортності відчуттів, захисту шкіри від надмірного тиску, пошкодження по периметру аплікатора розташовані гумові обмежувачі (стовпчики).



Для досягнення терапевтичного ефекту необхідно:

- 1) Правильно вибрати зони, режими і способи впливу.
- 2) Провести правильну укладку на аплікаторі. Головна умова правильної укладки - рівномірний розподіл ваги тіла на всій поверхні аплікатора. Ні в якому разі не можна укладати аплікатори на абсолютно рівну поверхню. Щоб правильно укласти аплікатори, необхідно якомога найточніше змоделювати вигини хребта в шийному і поперековому відділах за допомогою подушок і згорнутих валіками рушників.



Впродовж перших п'яти хвилин з аплікатором дещо дискомфортні колючі відчуття переходять в комфортні відчуття потужного тепла, приємної «вібрації», поколювання, в подальшому може виникнути відчуття сонливості, загального розслаблення, що переходить в здоровий повноцінний сон.





Тривалість 1 процедури - 15-30 хвилин.
Курс лікування - 1-2 тижні.
Лікування повторюють через 2-4 тижні.

Аплікатор Кузнєцова



Аплікатор Кузнєцова - тканинна основа з наклеєними на неї пластиковими пластинами, з великою кількістю голок висотою кілька міліметрів.

Висока щільність розташування голок і їх невелика довжина не дозволяють голкам входити в шкіру. В результаті голки надають інтенсивний точковий масажний вплив.

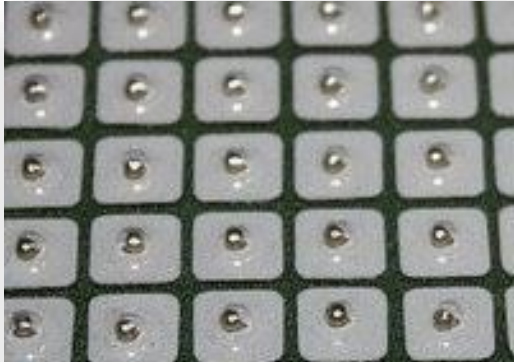


Цуботерапія

Аплікація металевих кульок (цуботерапія) запропонована в Японії.

Кульку з неіржавіючої сталі діаметром 1-2 мм прикладають в потрібну точку на тілі людини і масажують її обертальними рухами, після чого фіксують її на шкірі шматочком липкого пластиру.

Кулька може бути виготовлена зі срібла, золота та інших металів (за східних уявленням срібло володіє гальмівною, а золото - збудливою дією).





Для однієї процедури можна використовувати до 10 кульок. Тривалість сеансу 30-60 хвилин, але можна залишити кульки на термін від 1-3 днів до 2 тижнів.

Рекомендується регулювати тривалість впливу кульки на точку в залежності від стану хворого. Якщо через 2-3 дні настає поліпшення, то кульки залишають на своїх місцях. В іншому випадку вибирають інші точки.

Су-Джок терапія



Су-Джок - це один із напрямів акупунктури, заснований на впливі на певні біологічно активні точки кистей і стопи. У перекладі з корейської **Su** - кисть, **Jok** - стопа.

Даний вид терапії розроблений південно-корейським професором Пак Чже Ву в вісімдесятих роках двадцятого століття.

В основі Су-Джок лежить погляд на організм людини як на єдину енергетичну структуру, всі процеси в якій взаємопов'язані.

Методика Су-Джок базується на концепції, згідно з якою між тілом людини і його кистями і стопами є відповідність. Найбільш наочно все це видно на прикладі кисті.


Великий палець - проекція голови, вказівний і мізинець - руки, середній і безіменний ноги. Тильна сторона кисті - проекція хребта, поверхня долоні під великим пальцем - грудна клітка, середина долоні - черевна порожнина. Є спеціальні схеми, на яких показано відповідність кожної точки на поверхні долоні частині тіла або органу.

Цікавим способом впливу на біологічно активні точки є терапія насінням. Переваги цієї техніки в абсолютній безболісності (не застосовуються голки) і можливості максимально використовувати силу природи, укладену в насінні. За допомогою насіння, а також різних інших частин рослин (листя, плодів, пелюсток) проводиться стимуляція біологічно активних точок на кистях і стопах. Є практика впливу насінням безпосередньо на хворе місце, але вона дає менший ефект, ніж робота через проекції по методиці Су-Джок.



Для закріплення лікувального ефекту після масажу точок на їх область наклеюють насіння і залишають на ніч. Насіння потрібні не пошкоджені, здатні до зростання (це важливо для біоенергетичного впливу) і з гострими гранями (для досягнення максимального механічного ефекту).

Найчастіше використовуються гречка, квасоля, просо, горох, насіння яблук і винограду.



Принцип дії терапії насінням полягає в тому, що частини рослини наповнюють енергетичні точки і меридіани життєвою енергією і корисними речовинами, а також абсорбують руйнівну негативну енергію. Все це позитивно позначається на відповідних цим точкам органах.

При підборі насіння враховується безліч факторів: властивості рослини, колір, форма і характеристики самого насіння. Важливо відзначити, що навіть при "неправильному" розташуванні насіння, лікування дасть позитивний ефект, за рахунок насичення організму цілющою енергією природи.

Масажер “Фараон”




Виготовлений з екологічно чистого зносостійкого полімеру, який при терті не електризується, масажер дозволяє підтримувати під час масажу сприятливу структуру поля, що особливо важливо при масажі голови.

Масажер «Фараон» - це експериментально підібрана геометрична фігура.

За своєю будовою форма масажера нагадує молекулу газу метану, який є основою світобудови.

Додаткові виступи на масажних поверхнях - горбики різних форм (у вигляді півсфер і конусів із закругленою вершиною) перетворюють кожну кулю на злагоджену піраміду. Завдяки цим виступам зростає ефективність якісних властивостей масажера. Виступи утворюють поєднання складних лінз, які, у свою чергу, фокусують світлоенергетичні пучки і направляють їх на масажовану поверхню.





На відміну від існуючих масажерів, «Фараон» має значно більш виражені масажні властивості: за допомогою чотирьох площин з різними радіусами кривизни робочих виступів можна виконати чотири види загального і сегментарного масажу і п'ять різновидів точкового масажу.

Поперемінне використання кожною із сторін масажера додає різні відчуття, що забезпечує універсальність його застосування. А саме: можливість підбору його властивостей для будь-якого віку, маси тіла, порогу чутливості, конкретної проблеми, що неможливо отримати при використанні інших масажерів

Масажер «Фараон» дозволяє використовувати чотири види інтенсивності масажу:

- ✓ *легкий масаж* - це м'яке поверхнєве масажування кулями з великим радіусом (основа піраміди);
- ✓ *більш виражений масаж* - здійснюється великими напівсферами, розташованими на основних кулях; при цьому відбувається вплив на поверхнєві шари м'язів;
- ✓ *глибокий масаж* - виконується конусовидними виступами з кулястими вершинами. М'язи при цьому опрацьовуються на всю глибину;
- ✓ *високоєфективний масаж* - найбільш інтенсивний, служить для глибокої обробки м'язів, зв'язок і проводиться найгострішими конусовидними виступами.



Під час сеансу слід виконувати кругові рухи за годинниковою стрілкою або подовжні - вгору-вниз. Для поліпшення ковзання масаж можна проводити через тонку тканину або легкий одяг.



Для масажу можна використовувати різні креми та мазі, масажер «Фараон» сприяє рівномірному розподілу їх на шкірі і ефективному всмоктуванню лікувальних мазей, бальзамів, антицелюлітних кремів.

Тривалість масажу і його інтенсивність визначає отримання бажаного ефекту.

Тривалий, до 15 хвилин і більше, масаж сприяє повному розслабленню м'язів, володіє седативною (заспокійливою) дією.

Короткий масаж, 3-5-7 хвилин, надає тонізуючу (стимулюючу) дію.



Дякую за увагу!

