



*Ваше здоровье в Ваших руках!*

**УСТРОЙСТВА АППЛИКАЦИОННЫЕ**

**ЛЯПКО**

**методические рекомендации**



**Ляпко Николай Григорьевич**  
**президент ООО «Ляпко»**

*Все пациенты носят в себе внутреннего врача. Они приходят к нам, не зная этой истины. Мы поступаем наиболее успешно тогда, когда даем шанс действовать этому врачу.*

*Альберт Швейцер*

*Для эффективного включения нашего внутреннего врача нужно создать положительный тренирующий стресс трем главнейшим системам.*

*Движению – в сторону увеличения с помощью физических упражнений, вплоть до изнеможения. Мы создаем этот стресс с помощью многоигольчатых аппликаторов, тысячами, десятками тысяч игл воздействуя на рецепторы кожи, связанные с внутренними органами и системами человека.*

*Питанию – прекратить или ограничить поступление пищи путем голодания, в том числе и сухого. А после такого лечения лучше перейти на вегетарианскую пищу, желателен индивидуальный подбор количества и вида продуктов.*

*Стресс в системе дыхания – ограничить поступление внешнего кислорода и включить эндогенное дыхание. Применять дыхательный тренажер Ляпко для гимнастики, создающий на вдохе разрежение, а на выдохе – повышение легочного давления.*

*При наличии этих трех компонентов организм включает эндогенные (внутренние) источники питания и дыхания, включает своего внутреннего врача и становится на путь оздоровления и омоложения.*

*Гармоничный тренирующий стресс – истинный путь к здоровью и долголетию!*

*Н.Г.Ляпко*

## Уважаемые читатели!

Вы держите в руках издание, посвященное Вашему здоровью! На его страницах мы познакомим Вас с простым, но эффективным способом забыть о боли, не допустить ее появления. Мы представим Вам большое семейство устройств аппликационных Ляпко (далее по тексту – «аппликаторы Ляпко») и познакомим со спецификой их применения. Наши аппликаторы предназначены для широкого использования в комплексной терапии и профилактике различных заболеваний и патологических состояний. Вы убедитесь, что это великолепное средство для укрепления и сохранения здоровья.

Взяв за основу целительный китайский метод иглоукальвания (воздействия на биологически активные точки и зоны пучком игл), мы применили уникальную технологию изготовления многоигольчатых аппликаторов из различных металлов и металлических покрытий, оригинально расположив их в определенном порядке на резиновой основе. Это способствовало увеличению и разнообразию факторов воздействия на кожные покровы и повышению терапевтического и оздоровительного эффекта.

Вашему вниманию мы предлагаем для обсуждения темы, связанные с использованием техник оздоровления и профилактики болезней, основанных на применении аппликационной терапии.

Главная цель книги – научить Вас быть здоровыми. Прикладными задачами мы считаем необходимость рассказать о возможностях аппликаторов Ляпко, описать механизм их действия и устройство, помочь разобраться в специфике использования отдельно взятых видов аппликаторов.

Верю, что, прочитав эту книгу, Вы убедитесь: аппликаторы действуют эффективно и безотказно, дают реальное возвращение сил и энергии, укрепляют дух и тело, ведут к здоровью, гармонии и счастью!

Питаю надежду, что книга вызовет интерес и будет добрым спутником каждому, кто стремится как можно дольше сохранить самое ценное, что есть у нас в жизни – здоровье! Ведь, как говорят мудрецы, здоровье — это не все, но все без здоровья — ничто!

Искренне надеюсь, что, прочитав эту книгу, Вы сами выберете свой путь к здоровью, долголетию и счастью! Ведь много главных страниц жизни не было написано именно из-за халатного отношения к здоровью.

Президент ООО «Ляпко»  
врач-рефлексотерапевт  
высшей категории,  
кандидат медицинских наук Н.Г. Ляпко

## **ВВЕДЕНИЕ**

Жизнь — это движение. Движение тела, движение мыслей. Для осуществления этого движения нужны пища и воздух. Предельно просто, но и предельно сложно. Особенно в современном «цивилизованном» обществе, где эти составляющие, как правило, разрегулированы.

Еще в древности наши предки для того, чтобы жить, постоянно двигались. В движении они добывали пищу — занимались борьбой, охотой, много работали физически. Бег, плавание, силовые упражнения были естественной составляющей их быта. Они, в отличие от нас, не знали, что такое гиподинамия (недостаток движения). Активно контактируя с водой, землей, природой, наши прародители неосознанно воздействовали на все рецепторы, расположенные на коже, включая в действие различные группы мышц и нервных центров. В результате этого, за счет выделения естественных внутренних собственных «лекарств», происходила активная защита от болезней и болезненных «патологических» состояний.

Современный человек, пользуясь всевозможными «благами» цивилизации, ведет нездоровый малоподвижный образ жизни. Добавим к этому регулярные стрессовые воздействия окружающей действительности и несбалансированное питание, часто приводящее к перееданию. Многие сегодня забывают простое, но верное правило: умеренность в еде – залог здоровья и долголетия. Не зря древние мыслители говорили: «Обжора роет себе могилу зубами».

Особенно опасно переедание в наши дни, когда потратить «лишние» килограммы гораздо труднее, чем приобрести. Если количество пищи, поступившей в организм, превышает его энергетические потребности, пищевой (алиментарный) жир не расщепляется и не идет на покрытие энергетических затрат организма, а накапливается в виде жировых отложений. Гиподинамия способствует замедлению процессов жизнедеятельности и приводит не только к ожирению и жировому перерождению органов и тканей, но и к возникновению целого спектра заболеваний. Сомнительная «популярность» атеросклерозов, гипертоний, гастритов и сахарного диабета веское тому доказательство.

Для восполнения недостатка двигательной активности и предотвращения негативных последствий гиподинамии в условиях современной цивилизации просто необходимо применять методики, средства или приборы, оказывающие профилактическое и терапевтическое воздействие на организм.

Мощным, уникальным и обладающим множеством оздоровительных лечебных возможностей компенсатором гиподинамии является УАЛ в различных его модификациях: пластины, валики, аппликаторные пояса, ленты и костюмы.

Целительные иглы аппликаторов состоят из необходимых для организма металлов: железа, меди, никеля, цинка и серебра, а при необходимости, других металлов, в различных полезных сочетаниях. Высокая лечебная эффективность достигается

не только за счет рефлекторно-механического воздействия, но и за счет возникающих в коже, на остриях и между иглами гальванических токов и избирательного микроэлектрофореза металлов или их окислов во внутренние среды организма.

Многолетние исследования в лабораториях врача высшей категории Николая Григорьевича Ляпко позволяют констатировать целебные свойства аппликаторов для борьбы с различными нарушениями, болезненными состояниями и заболеваниями (часть из которых вызвана гиподинамией). Главное условие — периодическое использование 1-2 раза в день в течение 10-25 дней.

Еще одна новаторская технология Ляпко – оздоровительный метод, раскрывающий сверхвозможности человека. Эта технология интенсивного включения эндогенного дыхания для выработки большого количества иммунных (защитных) веществ с использованием уже имеющегося внутреннего кислорода, находящегося преимущественно в жировой ткани.

Этот метод заключается в укладывании пациента на множество аппликаторов или в обматывании его с головы до ног (в том числе и лицо) аппликационными лентами. При этом следует накрыть пациента с головой двумя-тремя одеялами (на голову лучше надеть большой прозрачный полиэтиленовый пакет с маленьким отверстием для обмена воздуха или другой ограничитель поступления кислорода из воздуха, например, полугерметичную «Дыхательную пирамиду Ляпко»).

Другие способы: длительная задержка (управление дыханием) в течение 3-5 часов по методу К.П. Бутейко, сон, укрывшись двумя-тремя одеялами с головой, и другие методы управления дыханием с целью его замедления. Это позволяет активизировать кислород, входящий в структуру жира, и включить механизм сгорания этих жиров с использованием собственного внутреннего (эндогенного) кислорода жировой ткани с вовлечением в реакцию лишь небольшого количества внешнего, вдыхаемого с воздухом (экзогенного) кислорода.

Это возможно лишь в том случае, если мы, задерживая (уменьшая) дыхание или препятствуя потере углекислого газа (с помощью дыхательной пирамиды, дыхательного скафандра, перфорированного мешка, резервуара воздуха вокруг головы и туловища при укрытии 2-3 одеялами без щелей), сохраняем нашу внутреннюю, чрезвычайно полезную углекислоту во вдыхаемом воздухе в концентрации 0,5-3% (вместо обычных 0,03-0,1%), что, соответственно, позволяет поддерживать концентрации CO<sub>2</sub> 6-6,8% в артериальной крови так, как у здорового человека.

При частом дыхании человек выветривает CO<sub>2</sub>, и его концентрация в крови становится меньше, человек от этого страдает различными заболеваниями. При снижении концентрации O<sub>2</sub> во вдыхаемом воздухе до 14-15%, как это происходит в горах, можно дышать часто и без вреда для здоровья. В обычных же условиях часто дышать вредно, нужно учиться сдерживать дыхание. Для этого существует много способов и видов гипоксикаторов (кислородопонижателей) и гиперкапникаторов (углекислогазоповышателей), в которых с помощью регулируемых отверстий мож-

но контролировать степень обмена воздуха в камере с внешним воздухом: уменьшать концентрацию O<sub>2</sub> и увеличивать содержание CO<sub>2</sub>. Например: камера, образующаяся после укрывания с головой 3-4 одеялами (без щелей), надетые на голову пирамида, скафандр, пакет, в которых регулируется степень герметичности.

И если при этом большая часть тела пациента соприкасается с тысячами, десятками тысяч игл разнометаллоигольчатых аппликаторов, ускоряются обменные процессы, усиливается иммунитет, увеличивается выработка биологически активных веществ. Благодаря аппликаторам можно длительно (час, два) лежать под одеялом, пирамидой и т.д. — до ощущения разогрева (как после бани).

Таким образом мы можем получать необходимые концентрации O<sub>2</sub> и CO<sub>2</sub>. Экспериментальным путем мы добивались предельного снижения O<sub>2</sub> до 7-8% и повышения CO<sub>2</sub> до 6-7% во вдыхаемом и выдыхаемом воздухе. Но наиболее комфортные ощущения у участников эксперимента возникали при концентрации O<sub>2</sub> 14-16% и CO<sub>2</sub> 1-3% во вдыхаемом воздухе.

Аппликаторы широко применяются в условиях лечебных учреждений, в оздоровительных центрах и санаториях. Простота применения, безопасность, высокая эффективность при минимальных усилиях позволяют рекомендовать аппликаторы для самостоятельного использования в домашних условиях.

У аппликаторов Ляпко нет аналогов в мире. Они не имеют себе равных по силе воздействия и многофакторности, эффективности и результативности, простоте и надежности использования. Аппликатор мобилизует внутренние ресурсы, стимулирует выработку природных лекарств внутри организма в необходимых физиологических дозировках, компенсирует недостаток двигательной активности.

Гармонично воздействуя на организм, аппликатор помогает избавляться от недугов и укреплять здоровье. Срок его действия не ограничен. Миллионы людей в разных странах (в Украине, России, Беларуси, Казахстане, в странах Прибалтики, Восточной и Западной Европы, в Америке, Австралии) с успехом применяют аппликатор и восхищаются его уникальностью. Он стал верным другом и защитником здоровья, как для самых маленьких, так и для пожилых людей.

Данная методика лечения аппликаторами Ляпко признана не только миллионами простых людей, но и ведущими специалистами в области медицины. Методика лечения аппликаторами Ляпко включена в учебные пособия для студентов и преподавателей высших учебных заведений по физической реабилитации, физическому воспитанию, а также для врачей и специалистов по спортивной медицине и кинезиотерапии:

Мурза В.П. Физическая реабилитация, рекомендовано Министерством образования и науки Украины, «Олан», Киев, 2004 год, глава 9 «Нетрадиционные методы лечения. Метод рефлексотерапии по Ляпко Н.Г.» стр. 321-350.

Мурза В.П. Психо-физическая реабилитация, рекомендовано Министерством образования и науки Украины, «Олан», Киев, 2005год, глава 9 «Нетрадиционные мето-

ды лечения. Метод рефлексотерапии по Ляпко Н.Г.» стр. 321-350.

Многолетней медицинской практикой доказано, что аппликаторы Ляпко действуют надежно и безвредно. Они стимулируют мощный выброс естественных «лекарств» в нужном для организма количестве и включают нашего «собственного врача» для профилактики болезней и борьбы с ними.

Не стоит ждать, пока болезнь подкосит Вас, возьмите свое здоровье под контроль. Именно профилактика болезни — это самое разумное лечение. Не зря народная мудрость гласит, что нужно ухаживать за собой, в противном случае придется ухаживать другим.

***Аппликатор действует эффективно и безотказно, дает реальное возвращение сил и энергии, укрепляет дух и тело, ведет к здоровью, гармонии и счастью! Даже самое лучшее лекарство скоро закончится, а аппликатор Ляпко останется с вами навсегда!***

## ВОЗМОЖНОСТИ АППЛИКАТОРА ЛЯПКО:

- оказывает общеоздоровительное воздействие, повышает работоспособность и жизненный тонус, нормализует сон и обмен веществ, улучшает настроение;
- помогает в лечении и профилактике заболеваний опорно-двигательного аппарата, желудочно-кишечного тракта, сердечно-сосудистой, дыхательной и нервной систем;
- устраняет половые расстройства с последующей нормализацией половых функций у мужчин и женщин; при лечении гинекологических заболеваний способствует устранению воспалительных явлений, нарушений овариально-менструального цикла вследствие психо-эмоциональных перегрузок;
- сокращает время полноценного восстановления после черепно-мозговых травм, переломов, операций, инсультов;
- купирует боли в позвоночнике, суставах и мышцах, головные боли;
- способствует нормализации гормонального баланса, обменных процессов при эндокринных заболеваниях («тучные» теряют вес, истощенные набирают необходимые килограммы);
- повышает в 2-3 раза эффективность таких методов, как массаж, ушная и классическая иглотерапия, мануальная и лазеротерапия, микроволновая резонансная терапия (при совместном или предварительном применении);
- помогает избавлению от вредных привычек (алкоголизм, табакокурение);
- позволяет сократить прием лекарств, а в дальнейшем и вовсе отказаться от них.

## **ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПОВЕРХНОСТНОЙ МНОГОИГОЛЬЧАТОЙ ТЕРАПИИ АППЛИКАТОРАМИ ЛЯПКО**

Известно, что здоровье — бесценный дар природы, и сохранить его — важная задача для каждого человека. Разыскивая источники здоровья в окружающем нас мире, мы забываем, что главные резервы, необходимые для победы над любым недугом, заложены в нас самих. Согласно философским основам восточной медицины, человеческий организм обладает мощными естественными ресурсами для сохранения и восстановления здоровья, в чем мы убеждаемся и с чем соглашаемся на протяжении уже многих тысячелетий. Древние представления о функциях целостного организма связаны с представлением о наличии в организме жизненной силы или энергии (Ци), которая течет по невидимым каналам (меридианам). Жизненная энергия обеспечивается единством двух начал, активного и пассивного, или двух полярностей.

Активная, или положительная полярность, выражающая движение, свет, тепло, возбуждение, жизнь, радость и т.д., определяется как Ян-состояние. Пассивная, или отрицательная полярность, выражающая покой, холод, угнетение, тьму, определяется как Инь-состояние. Взаимодействие и борьба этих противоположностей есть форма проявления жизненной силы. В основе нормальной жизнедеятельности организма лежит уравновешенное соотношение Инь и Ян, полная гармония их проявлений. Нарушение этой гармонии ведет к патологии, что выражается либо в ослаблении Ян или Инь, либо в чрезмерном усилении того или другого начала.

Соглашаясь с вышеизложенной теорией восточной медицины, Н.Г. Ляпко выдвигает собственное мнение об условиях, необходимых для нормальной циркуляции энергии. Действительно, энергия (Ци) поступает в организм с воздухом и пищей, но реализовываться, преобразовываться и трансформироваться она может только при активном двигательном режиме и только при таком условии может свободно циркулировать по меридианам. Недостаток движения (гиподинамия) блокирует свободную циркуляцию энергии в организме и провоцирует нарушение ее распределения как в «янских», так и в «иньских» меридианах, что ведет к возникновению болезни.

В глубокой древности было замечено, что при заболевании человека на его теле можно обнаружить участки, болезненные при надавливании. Воздействие на эти участки приводило к выздоровлению. Их называли «жизненными точками». Важнейшей теорией, положенной в основу метода поверхностной многоигольчатой терапии, является учение о точках и меридианах. «Жизненная точка» или биологически активная точка (БАТ) — это небольшой участок кожи и подкожной основы, в котором имеется комплекс взаимосвязанных микроструктур (сосуды, нервы, клетки соединительной ткани), благодаря чему создается биологически активная зона, оказывающая влияние на нервные терминалы и образование связей между участком кожи и внутренним органом.



**С учетом местоположения, направленности, действия и иннервационных связей, точки акупунктуры подразделяются на следующие группы:**

1. Точки общего действия, которые оказывают рефлекторное влияние на функциональное состояние центральной нервной системы (ЦНС).
2. Сегментарные точки, расположенные в области кожных метамеров, соответствующих зоне иннервации определенных сегментов спинного мозга.
3. Спинальные точки, расположенные по вертебральной и паравертебральной линиям соответственно месту выхода нервных корешков и вегетативных волокон, которые иннервируют определенные органы и системы.
4. Региональные точки, расположенные в зоне проекции на кожу определенных внутренних органов.
5. Локальные, или местные, точки, преимущественно воздействующие на подлежащие ткани (мышцы, сосуды, связки, суставы).

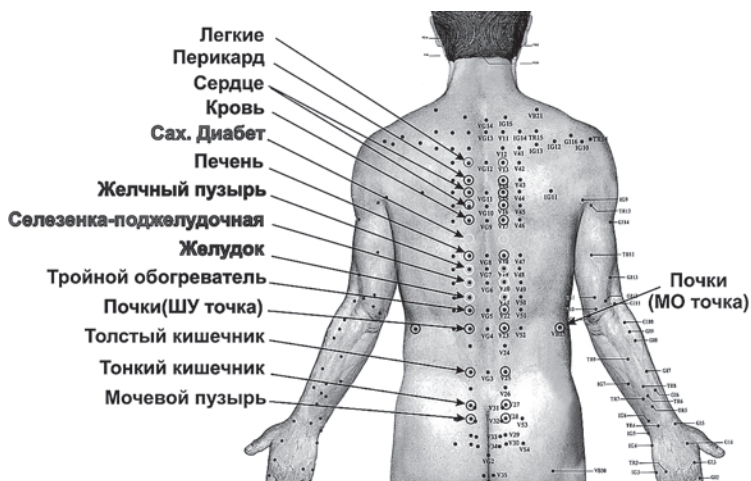
**Установлено, что биологически активные точки (БАТ) и зоны акупунктуры отличаются от окружающей кожи биофизическими характеристиками:**

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

БАТ расположены в определенном порядке, по строгим линиям, получившим название «меридианы». Выделяют 12 парных меридианов и 2 непарных меридиана.



Меридианы связывают внутренние органы между собой, с другими частями тела и с его поверхностью, обеспечивая энергоинформационный обмен внутренней среды организма человека с внешней средой, синхронизируя работу организма как единого целого и адаптируя его деятельность к изменениям внешней среды.



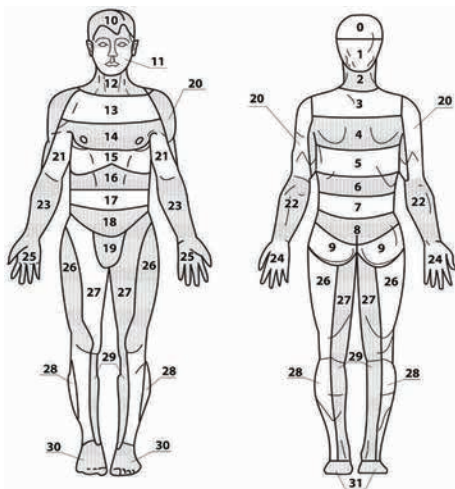
Чжу Лянь — директор Китайского Института Чжень-цзю — так объясняет механизм действия иглорефлексотерапии: «Сущность ее заключается в воздействии через определенные активные точки тела на соответствующие им внутренние органы. Умеренное раздражение чувствительных окончаний, сосредоточенных в определенных 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».

Современная наука считает важнейшим положением метода поверхностной многоигольчатой терапии становление кожно-висцеральных связей в процессе эмбриогенеза.

Доказано, что нервная система и кожа имеют эктодермальное происхождение, а внутренние органы — мезо- и энтодермальное происхождение. Связь внутренних органов с нервной системой, а через нее — с кожей, обеспечивается в процессе органогенеза вращением нервной системы во внутренние органы. Исходно принцип иннервации имеет метамерный характер, но по мере роста и развития тела изменяются его форма, размеры сегментов и их конфигурация; нервные связи при этом не прерываются, но смещаются топографически. За счет этих связей происходит обмен сигналов между внутренними органами и поверхностью тела и наоборот. В случае наличия патологии во внутренних органах сигналы об этой патологии (чаще в форме болевых ощущений) доходят до поверхности тела в определенных его областях.

Примером тому могут служить давно известные и используемые в медицинской практике зоны Захарьина-Геда или зоны иррадиации висцеральной боли. Сегментарный принцип иннервации организма един как для поверхности тела, так и для внутренних органов.

**Поверхностная многоигольчатая терапия аппликаторами 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 заключается в поверхностном множественном иглоукалывании определенных зон и биологически активных точек (рефлекторная реакция) а также в микромассаже кожи и подлежащих тканей.

Рефлекторное воздействие игл на активные точки каналов (рецепторы) состоит из трех основных взаимосвязанных частей: местной, сегментарной и общей реакции. Местная реакция выражается в изменении кровенаполнения участка кожи, температуры, чувствительности, величины электрического потенциала и сопротивления в зоне воздействия. В месте воздействия множества иглоочек аппликатора между иглами из разных металлов возникают разность потенциалов, микротоки различной силы и напряжения с последующим микроэлектрофорезом ионов металлов, дополнительно способствующие раздражению болевых, тактильных, хеморецепторов и других рецепторов кожи. В результате этого происходит дополнительная активизация выброса биологически активных веществ, улучшение трофики, регенерации и других процессов, сопровождающихся также и расширением капилляров, дающие разгрузку сердцу благодаря всасывающему действию капиллярами крови из артериальной сети за счет осмоса и отрицательного давления в зоне посткапиллярных венул. Возникает разность потенциалов между иглами и электро-гальванические микротоки в коже, подкожной клетчатке между разнозаряженными иглами.

Эти явления увеличивают и улучшают работу вакуумно-прессорного насоса в системе посткапиллярных венул и в следующих за ними более крупных венулах, а затем и в венах. Данные структурные элементы и механизмы венозной сосудистой системы обеспечивают облегчение кровотока из артериальной сети в капиллярную, а затем в венозную сеть за счет усиления сократительной мышечной активности венул, создающих предкапиллярное отрицательное давление, развивающееся в зонах ап-

пликационного воздействия. Благодаря аппликаторам такое локальное улучшение кровообращения происходит не только без дополнительной нагрузки на сердце, но и, наоборот, облегчает работу сердца за счет самостоятельного действия вакуумно-прессорного насоса в посткапиллярных и последующих венах и венах, что очень важно для всех категорий больных и, особенно, с ишемической болезнью сердца, недостаточностью кровообращения 1-2 степени у людей пожилого возраста.

Подобные процессы также происходят и в лимфатической системе.

Сегментарная реакция обусловлена сегментарно-метамерными рефлекторными связями между определенными участками кожи, внутренними органами или системами и соответствующими им сегментами спинного мозга, а в отдельных случаях и структурами головного мозга. Каждый из указанных уровней иннервации и соответствующих ему структур имеет как собственную нервно-рефлекторную дугу, так и дополнительные афферентно-эфферентные нервные связи с вышестоящими структурами. При проведении поверхностной многоигольчатой терапии происходит раздражение тактильных экстерорецепторов эпидермального слоя и частично дермы. Возникает афферентный поток частых импульсов малой силы, которые по скоростным миелиновым А-бета волокнам (скорость проведения импульса — 40-70 м/с) проводятся к заднероговым нейронам спинного мозга. Длительная афферентация по этим волокнам имеет преимущество, так как перекрывает поступление болевых импульсов по волокнам с медленной передачей импульсов, находящихся в дермальном слое: В (скорость проведения импульса — 3-18 м/с) и А-дельта волокна (скорость проведения импульса — 5-15 м/с). Длительная импульсация в нервные центры и возникающие вслед за этим отраженные реакции организма, в свою очередь, влияют на состояние периферических рецепторов и тканей в зоне воздействия.

Общая реакция организма проходит по типу реакции адаптации вследствие поступления импульсов от спинного мозга по специальным нервным стволам к головному мозгу. Участие в процессе вегетативной (отвечающей за внутренние органы) нервной системы обеспечивает возможность мобилизации ресурсов организма для немедленного действия (нейро-гуморальный эффект): резко усиливается выработка биологически активных веществ в железах внутренней секреции, в тканях, и, прежде всего, в коже, облегчается, и в связи с этим усиливается деятельность сердечно-сосудистой системы (за счет автономного включения вакуумно-прессорного капиллярно-венозного насоса), перераспределяется кровоснабжение. Дополнительно в кровь поступает большое количество веществ, обладающих энергетическими, иммунотропными и другими полезными свойствами, усиливающими устойчивость организма к различным повреждающим, патологическим факторам. В частности, активизируется модулирующий блок нейроэндокринных реакций с выбросом противоболевых и стресс-лимитирующих факторов (кортизола, АКТГ, бета-эндорфинов), медиаторных аминов, нейропептидов.

Нами организовывались и проводились исследования на базе Крымского государственного медицинского университета им. С.И. Георгиевского, на базе НИЦ МПК Ляпко «Валенсия», а также в медицинских НИИ других регионов Украины. Получены данные, достоверность которых доказана в показателях, соответствующих мировым стандартам ВОЗ.

**2. Гальвано-электрическое действие.** Организм человека представляет собой сложный биокolloид, состоящий из электролитов и содержащий как положительные (катионы), так и отрицательные (анионы) ионы. Калий, натрий, магний находятся в организме в виде катионов и входят в состав солей, в которых фосфор, сера и хлор находятся в виде анионов, кислотных остатков. В результате контактов с солевым раствором иглоочек аппликатора Ляпко, состоящих из различных металлов, на поверхности контактов образуются гальванопары, погруженные в раствор электролита.

Еще в XIX в. Л. Гальвани на медных крючках подвешивал лапки лягушки на железную ограду своего балкона. Лапки покачивались на ветру и время от времени касались железных прутьев. Мышцы лапок тотчас сокращались. А. Вольта повторил опыт и доказал, что парой металлов Медь-Железо образуется электрический элемент, и лапка-проводник сокращается от проходящего через нее тока. В результате был создан химический источник тока — элемент Вольта, у которого электроды — пластинки меди (положительные) и цинка (отрицательные), а электролитом служит раствор поваренной соли или серной кислоты.

Между электродами устанавливается разность потенциалов — электродвижущая сила (эдс), соответствующая свободной энергии окислительно-восстановительной реакции. Действие гальванического элемента основано на протекании при замкнутой внешней цепи пространственно разделенных процессов: на отрицательном электроде восстановитель окисляется, образующиеся свободные электроны переходят по внешней цепи (создавая разрядный ток) к положительному электроду, где участвуют в реакции восстановления окислителя. Следствие этого разрядного тока в гальванических парах игл Аппликатора Ляпко — нагрев аппликатора.

Английский ученый Гилл установил, что в нервной системе при передаче импульсов также протекает электрический ток. Когда волна возбуждения проходит по нерву, в нем образуется подвижный гальванический элемент. В нерве есть два полюса. «Плюс» — наружная, одевающая поверхность тонкой мембраны вокруг клетки. «Минус» — внутренняя часть нерва. Под воздействием электрического элемента  $Cu(+)$  —  $Fe(-)$  по коже идет электрический импульс. Он изменяет проницаемость мембраны нервной клетки, и от ее внешней к внутренней части идет ток. Этот местный ток нарушает проницаемость соседних участков мембраны, и волна возбуждения направляется дальше. В то же время в начальных участках пути мембрана восстанавливает целостность и готова к приему новой волны возбуждения. В итоге ток по нервам идет импульсами, отдельными порциями. Длительное воздействие иглами Аппликатора Ляпко, состоящими из разных гальванических пар, является, таким образом, источником длительной импульсации в нервные центры.

Гальванические пары игл аппликатора Ляпко приводят в действие сложные механизмы обмена веществ в электролите «протоплазма» человеческого организма. В результате в организм попадают металлы с игл в виде микроэлементов-ионов, участвующих в биохимических реакциях.

Ионы в организме — неперенные участники обмена веществ. Они, в частности, участвуют в механизмах, обуславливающих проницаемость биологических мембран, в регуляции мышечного сокращения, в проведении импульса возбуждения по нервному волокну и т. д.

Для более полного понимания работы ионных механизмов и их взаимодействия с иглами аппликатора Ляпко необходимо обратиться к понятию «электроотрицательности». Именно на нем основано образование гальванических пар в иглах аппликатора Ляпко. При этом вышестоящий металл (табл. 1) становится отрицательным, нижестоящий — положительным электродом.

Металлические свойства элементов можно сравнить, сопоставляя их электроотрицательность — способность атомов в молекулах (в ковалентной связи) притягивать электроны, выражена в условных единицах.

Пространственное разделение процессов окисления и восстановления используется в химических источниках тока и при электролизе. При равновесном потенциале достигается динамическое равновесие, при котором ток через электрод не протекает, однако через границу фаз идет непрерывный обмен носителями зарядов — ионами или электронами. Длительное прохождение тока требует подачи реагирующего вещества из объема раствора к поверхности электрода и отвода продуктов реакции, что достигается благодаря диффузии. Кроме этого происходит миграция заряженных частиц под действием электрического поля.

На рис.1 схематически показано увеличение концентрации анионов ( $\text{Cl}^-$ ,  $\text{SO}_4^{2-}$ ,  $\text{NO}_3^-$  и др.) в районе положительно заряженных участков металлов и накопление катионов ( $\text{Na}^+$ ,  $\text{K}^+$  и др.) вблизи отрицательно заряженных электродов.

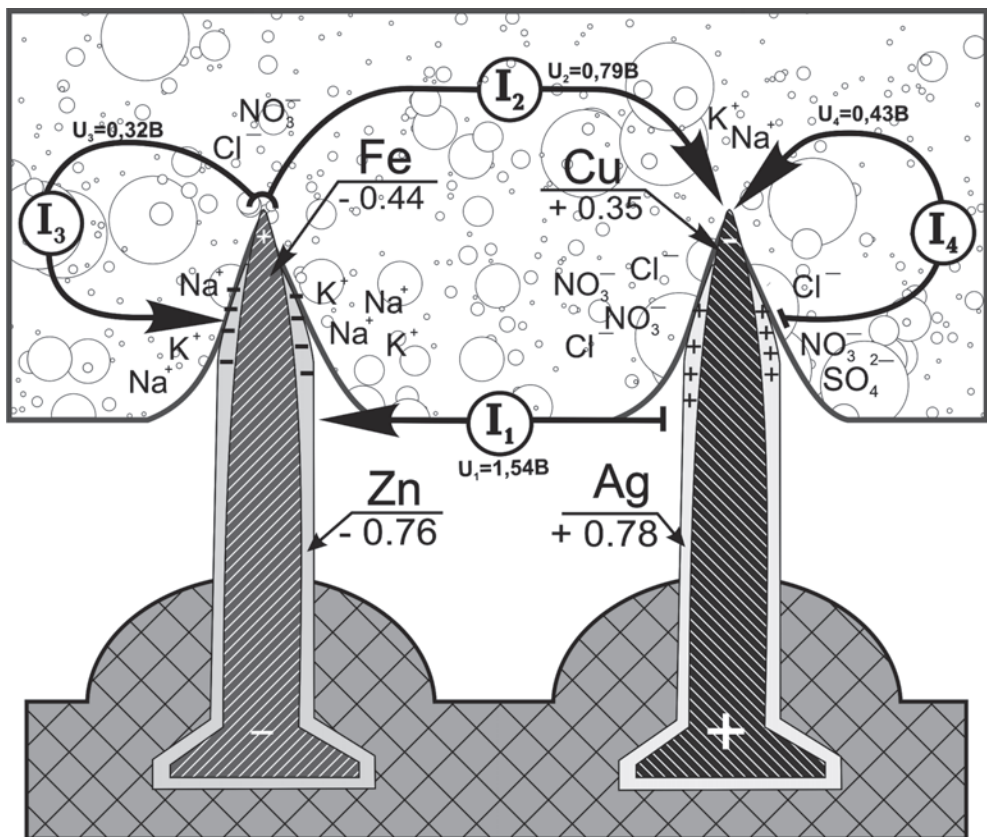
Интенсивность гальвано-электрического воздействия регулируется самим организмом, в зависимости от степени насыщения электролитом тканей (слоев кожи, подкожной клетчатки, нижележащих структур).

Болезненный, воспаленный участок кожи отечен, в нем много жидкости, и реакция при соприкосновении с аппликатором происходит интенсивная, с выделением большого количества энергии, иногда сопровождается кожным выпотом. При контакте аппликатора с кожей на поверхности игл аппликатора и в коже происходит множество физико-химических изменений, характерных для изменений под действием постоянного тока. В результате на иглах образуются окисные пленки и возникает эффект гальванизации. При этом на кончиках игл возникают точечные гальванические токи максимальной величины (так как образуется разность потенциалов между основным металлом иглы и периферическим металлом покрытия, которые коротко замкнуты между собой (I3, I4) (Рис. 1).

Кроме того, между иглами из разных

<b>Система</b>	<b>Нормальный потенциал при t 25°C, В</b>
<b>Al (3+)</b>	<b>-1,67</b>
<b>Ti (3+)</b>	<b>-1,63</b>
<b>Cr (2+)</b>	<b>- 0,86</b>
<b>Zn (3+)</b>	<b>-0,761</b>
<b>Cr (3+)</b>	<b>- 0,74</b>
<b>Fe (2+)</b>	<b>- 0,44</b>
<b>Ni (2+)</b>	<b>- 0,25</b>
<b>Fe (3+)</b>	<b>+0,036</b>
<b>Cu (2+)</b>	<b>+0,346</b>
<b>Cu (+)</b>	<b>+0,522</b>
<b>Ag (+)</b>	<b>+0,779</b>
<b>Pt (2+)</b>	<b>+1,2</b>
<b>Au (3+)</b>	<b>+1,5</b>
<b>Au (+)</b>	<b>+1,7</b>

**Табл. 1**



**Рис. 1. Схема ориентации ионов в результате контакта гальванопар аппликатора с кожей.**

Схематическое изображение электрических ионных токов, возникающих на концах металлических игл, покрытых другими металлами, сопровождающихся электрофорезом (диффузией) этих металлов во внутреннюю среду организма.

металлов в коже протекают межигольчатые гальванические токи (I1, I2), величина которых зависит от проводимости кожи, насыщенности ее электролитами (см. рис. 1).

Электро-гальванические микротоки:

- Вызывают диффузию микроэлементов из которых сделаны иглы (Cu, Fe, Zn, Ni, Ag), способствуют их депонированию в тканях, эти микроэлементы играют важную роль в обеспечении нормального функционирования различных органов и систем.
- Активируют дыхательные ферменты клеток.
- Нормализуют pH тканевых жидкостей.
- Активируют обменные процессы в тканях.

- Стимулируют регенеративные (восстановительные) процессы.

**3. Иммунологические реакции.** Стимуляция гуморального и тканевого (клеточного) звена иммунитета повышает уровень иммунной защиты и адаптации к болезнетворным воздействиям.

Стимуляция тканевого звена иммунитета: после каждой процедуры наблюдается нарастание численности активированных лимфоцитов Т-хелперов и Т-супрессоров, в меньшей степени натуральных киллеров и циркулирующих иммунных комплексов.

Стимуляция гуморального звена иммунитета: аппликационное воздействие стимулирует гуморальное звено иммунитета, о чем свидетельствует повышение в периферической крови уровня активированных В-лимфоцитов.

**Объяснение механизмов действия, возникающих при воздействии с помощью разнометаллических многоигольчатых аппликаторов Ляпко на обширные зоны тела человека, их особенности и отличия от укалывания отдельными несколькими иголочками в отдельные точки человеческого тела**

Разнометаллическое многоигольчатое воздействие аппликаторами Ляпко на большие участки кожи человека включает более древний универсальный механизм поддержания жизни всего живого на Земле (в сравнении с более молодым дифференцированным подходом в виде воздействия на тело отдельными несколькими иголками — иглоукалывание — акупунктура: китайская, корейская, тибетская. При воздействии аппликаторами Ляпко на обширные зоны кожи человеческого тела от 10% до 90% (100%) площади, мы включаем не только «внутреннего врача», но и «внутренние лаборатории и аптеки». Воздействуя на большие участки периферических нервных структур, мы также универсально включаем как все периферические, так и центральные структуры нервной системы, такие как: спинной мозг, продолговатый мозг, ядра, подкорковые структуры и кору головного мозга, изначально «свыше» запрограммированные для автономной, совершенной нервной и энергетической взаимосвязи, регуляции всех органов и систем человека!!!

## **ОСНОВЫ РЕФЛЕКТОРНОЙ ДИАГНОСТИКИ**

Диагностический метод основан на том факте, что при наличии патологического процесса участки кожи, являющиеся проекциями внутренних органов, зоны проекции точек «сочувствия» (вдоль позвоночника) и точек «глашатаев» (на передней поверхности туловища), по разному реагируют на воздействие игольчатым валиком:

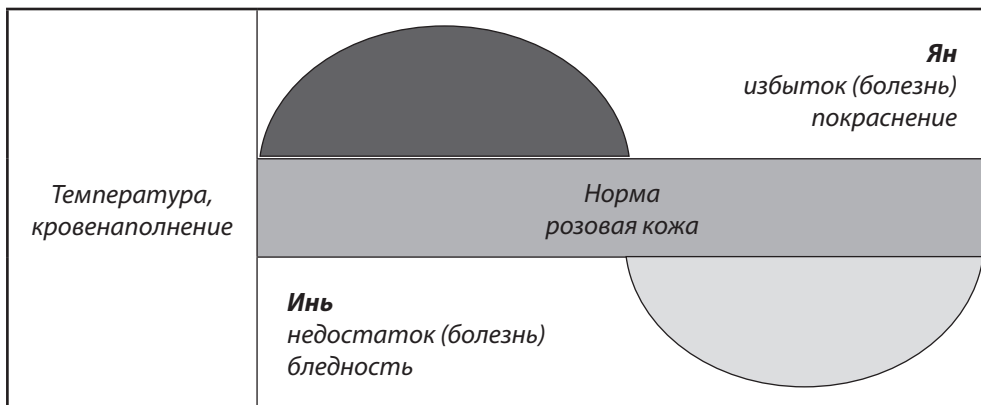
- **норма:** кожа розовая, теплая.
- **1-я степень повреждения** (частичная компрессия, процесс относительно «свежий»): реакция на раздражение избыточная, кожа красная, температура повышена.



- **2-я степень повреждения** (более глубокая): реакция на раздражение снижена, кожа имеет слегка розовый цвет, температура почти не изменена, чуть повышена.
- **3-я степень повреждения** (глубокое повреждение): реакция на раздражение отсутствует, температура снижена, кожа сухая, 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. Величина микротоков между иглами определяется проводимостью кожи, зависящей от концентрации электролитного состава пота и межклеточной жидкости. Различное состояние энергии в меридианах также может отображаться на коже в виде бледных участков и участков покраснения.

**Симптомы «избытка» (при травмах, остром воспалении, простудах и т.д.):**



- повышенная температура;
- покраснение кожи;
- отечность;
- резкая местная болезненность;
- интенсивные, резкие боли.

В этих случаях — воздействие аппликаторами (15-20 мин.) или валиком (7-10 мин.), что помогает избавляться от избыточной энергии и приводит организм к норме.

**Симптомы «недостатка» (дегенеративные хронические процессы, последствия травм, радикулитов и т. д.):**

- ноющие, разлитые боли;
- сниженная температура;
- бледность кожи;

- глубокое онемение («мурашки»);
- снижение чувствительности, отсутствие реакций.

Воздействие аппликатора при синдромах «недостатка» направлено на насыщение недостающей энергией. Для этого аппликатором воздействуют более длительное время (30-40 мин.), а валиком — 10-15 мин.

Следовательно, один и тот же аппликатор действует универсально: энергию в участках кожи с повышенной реактивностью, соответствующих раздраженным органам, находящимся в состоянии «избытка», он «убирает», приводит к норме с выделением мощного приятного тепла, а ослабленные, дегенеративно измененные зоны с недостатком энергии «пробуждает», насыщает энергией, тем самым приводя к норме (восстанавливая утраченную функцию).

## **КАК УСТРОЕН АППЛИКАТОР ЛЯПКО?**

Производится аппликатор в виде эластичных резиновых пластин и валиков, изготовленных из резины медицинского назначения (с использованием только натурального каучука) с оригинально закрепленными в них иглами из необходимых для организма металлов (меди, железа, цинка, никеля, 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.

В связи с многочисленными вопросами о некоторых, якобы нежелательных свойствах игл, покрытых никелем, сообщаем: иглы, покрытые никелем, обладают только полезными свойствами. Более того, китайские иглы и любые другие иглы для акупунктуры, произведенные в других странах, помимо Китая, также содержат никель. Микродозы никеля в совокупности с микродозами других металлов из игл, при соприкосновении с кожей, подкожной клетчаткой, мышцами и другими тканями тела человека оказывают лишь только полезное действие на жизнедеятельность и другие функции организма человека. Условно вредными могут считаться соединения никеля при приготовлении или хранении пищи в посуде, содержащей никель. По просьбе потребителей мы можем изготавливать аппликаторы с отсутствием или наличием не только никеля, но и других указанных ранее разных металлов, в различной их пропорции.

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 (расстоянию между иглами), набору металлов и способам фиксации аппликаторов. Расстояние между иглами в наших аппликаторах от 3,0 до 7,0 мм. Шаг иглы аппликатора подбирают в зависимости от индивидуальной чувствительности кожи и необходимой степени интенсивности воздействия, ориентируясь на комфортность

ощущений при аппликациях.

Детям, пациентам с повышенной чувствительностью или малым слоем подкожно-жировой клетчатки рекомендуют использовать аппликаторы с более густым шагом (3,0-4,9мм).

Взрослым с нормальным телосложением — 5,0-6,1 мм.

С большим слоем подкожно-жировой клетчатки — 6,2-7,0 мм.

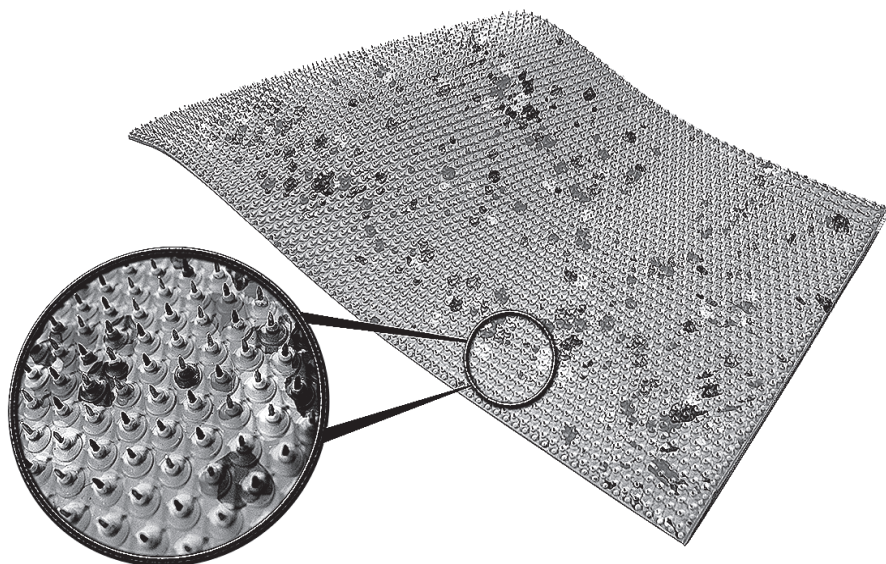
Используя любой аппликатор, можно получать интенсивное или деликатное воздействие путем самостоятельного регулирования силы прижима и давления.

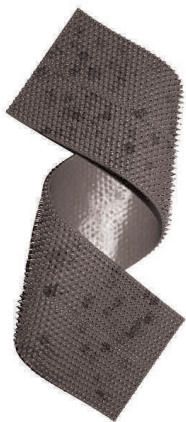
Для уменьшения силы прижима — использовать аппликатор через сложенную в 2-3 слоя марлю или другую тонкую ткань.

## РАЗНООБРАЗИЕ ПРОДУКЦИИ ЛЯПКО

### «Коврик большой»

(Шаг иглы 7,0 мм; размер 275 x 480 мм) имеет большую площадь воздействия и наибольшее расстояние между иглами, и, следовательно, наибольшее давление на каждую иглу, благодаря чему он обладает повышенной интенсивностью и эффективностью воздействия. Рекомендован для аппликаций на спину, в качестве коврика под ноги (в положении стоя, сидя, лежа), на живот — для профилактики и лечения заболеваний органов пищеварения и при ожирении.



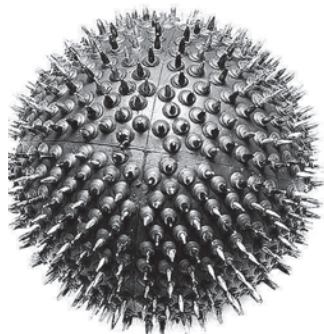


### «Квадро»

(Шаг иглы 6,2 мм; 5,8 мм; 4,9 мм; размер 118 x 470 мм; 118 x 470 мм; 106 x 460 мм), является универсальным аппликатором и может применяться на любые зоны. При желании может быть разрезан продольно и/или поперечно на два или четыре аппликатора (2 «Дуэта», 2 «Шанса» или 4 «Спутника») для избирательного действия на отдельные зоны тела с индивидуальной длительностью воздействия каждого из аппликаторов.

### «Мячик игольчатый»

(Шаг иглы 4,0 мм) представляет собой шар из резины медицинского назначения диаметром  $\approx 55$  мм, с зафиксированными на нем иглами из четырех металлов (медь, железо, серебро, цинк).



Специфика аппликатора в том, что он является средством более выраженного, избирательного воздействия на болевые или проблемные точки на теле человека. Прокатывание ладоней, стоп развивает мелкую моторику и тактильную чувствительность конечностей, способствует развитию и восстановлению функций головного мозга у детей и взрослых, применяется при травмах, переломах суставно-связочного аппарата кистей и стоп.

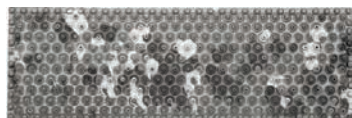
### «Дуэт»

(Шаг иглы 4,9 мм; 5,8 мм; 6,2 мм; размер 53 x 460 мм; 59 x 470 мм; 59 x 470 мм), два «Дуэта» по площади воздействия могут заменить аппликатор «Квадро». Оптимальным является использование при болях в спине. Может фиксироваться в виде пояса или вдоль позвоночника.



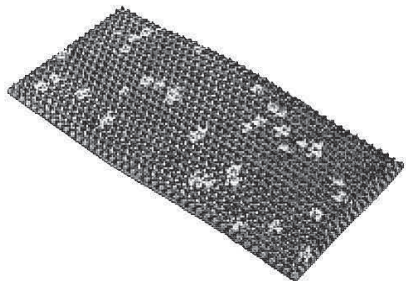
### «Спутник плюс»

(Шаг иглы 6,2 мм; 5,8 мм; 4,9 мм; размер 59 x 235мм; 59 x 235мм; 53 x 230 мм) обладает всеми свойствами больших и малых аппликаторов. При простудных заболеваниях может использоваться вместо горчичников. Незаменим в поездках и путешествиях.



### «Народный»

(Шаг иглы 7,0 мм; размер 95 x 320 мм). Благодаря своему размеру и большому расстоянию между иглами обладает повышенной интенсивностью действия. Рекомендован для аппликаций на любые участки тела, особенно эффективен при воздействии на позвоночник – одно устройство поочередно, либо два одновременно позволят охватить всю его длину. Аппликационное устройство удобно в транспортировке и доступно по цене каждому.



### «Шанс»

(шаг иглы 6,2 мм; 5,8 мм; 4,9 мм; размер 118 x 235 мм; 118 x 235 мм; 105 x 230 мм). Может применяться самостоятельно или с другими аппликаторами на любые зоны.

### «Краплинка»

(Шаг иглы 3,5 мм; размер 33 x 33 мм). Разработан для ухода за кожей лица, шеи, зоны декольте. Удобен для массажных процедур, способствует активизации обменных процессов в тканях и клетках, помогает в борьбе с мимическими морщинами, улучшает лимфо- и кровоток, избавляет от отеков различного происхождения, повышает упругость и эластичность тканей

Может использоваться в качестве «скорой помощи» и применяться при неотложных состояниях: потеря сознания, обмороки, укусы насекомых, для снятия сердечных приступов, бронхоспазма, уменьшения острых болей, для длительного ношения при хронических болевых синдромах.

### «Ромашка-М»

(Шаг игл 5,0 мм; диаметр 314 мм). Комплектация набора: плоский аппликатор – 1 шт., фиксирующая шнуровка – 2 шт., резинки с застежкой (фастексом) – 5 шт. Универсальный многофункциональный аппликатор, его отличительными особенностями являются: необычная форма, большая площадь воздействия, наличие «подвижных лепестков», которые позволяют повторять рельеф любого участка тела. Разрезав (разделив) «Ромашку-М» по указанным линиям, можно получить сегменты для всевозможных вариантов укладок и фиксации на различные труднодоступные участки тела.



### «Шанс 6,2х4»

(Шаг иглы 6,2 мм; размер 475x235 мм.)

Большая площадь воздействия и комфортный шаг иглы 6,2 мм, позволяют применять его на любые участки тела. Благодаря наличию эластичных резиновых соединений очень удобен в использовании, транспортировке и хранении. Может применяться самостоятельно или с другими аппликаторами на любые зоны.

### «Валик лицевой М» (с резиновыми втулками)

(Шаг иглы 3,5 мм; размер 40 x (51) мм.)

Специально разработан для воздействия на лицо и зону волосистой части головы. Также дает возможность обрабатывать практически любые участки тела (зоны мелких суставов конечностей, кисти и стопы), для снятия болей и спазмов. Рекомендован для применения в косметологии и для точной рефлекторной диагностики.

### «Валик универсальный М»

(с резиновыми втулками)

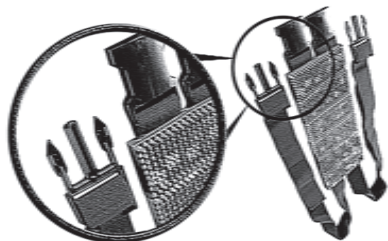
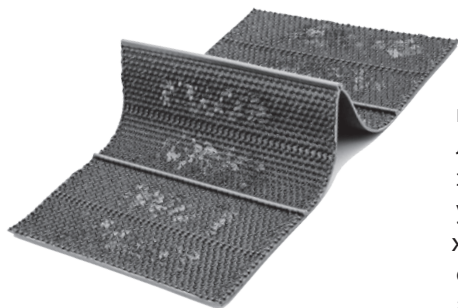
(Шаг иглы 3,5 мм; размер 72 x (51) мм). Оптимальные размеры рабочей поверхности и шаг иглы аппликационного валика позволяют применять его на всех участках тела и головы. Валик может использоваться в лечении и диагностике людей всех возрастных групп.

### «Валик большой М»

(шаг иглы 5,0 мм; размер 111 мм x (61) мм). Имеет наибольшую рабочую поверхность и шаг иглы, что позволяет воздействовать на обширные участки тела: спину, поясницу, крестец, область ягодиц, грудь, живот, конечности.

### Пояс «Малыш»

Состоит из 6 пластин и 2-х регулируемых поясов (размер каждой пластины 36 x 80 мм; шаг иглы 3,5 мм). Благодаря надежным фиксаторам крепится на проблемные зоны: непосредственно зону боли, зону проекции больного органа, зоны БАТ и меридианов. Фиксировать аппликатор-пояс можно самостоятельно, без посторонней помощи.



### Пояс «Универсальный М»

(Пять пластин размером: 140 x 65 мм, 140 x 65 мм, 90 x 65 мм, 68 x 65мм, 77 x 65мм; шаг иглы 4,3 мм). Пластины устройства расположены на двух регулируемых поясах, которые позволяют перемещать их, выбирая удобное положение для воздействия на небольшие участки головы, туловища, верхних и нижних конечностей. А также воздействовать на любые участки лица: лобную область, область надбровных дуг, глаз, придаточных пазух носа, область рта, подбородка, шеи, волосистой части головы и области ушей (воздействие на точки на ушных раковинах рефлекторно оказывает влияние на все внутренние органы и системы).

### «Волшебная лента «Здоровье»

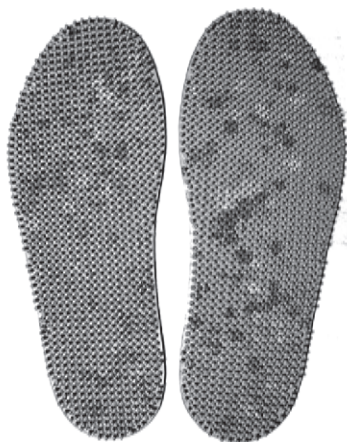
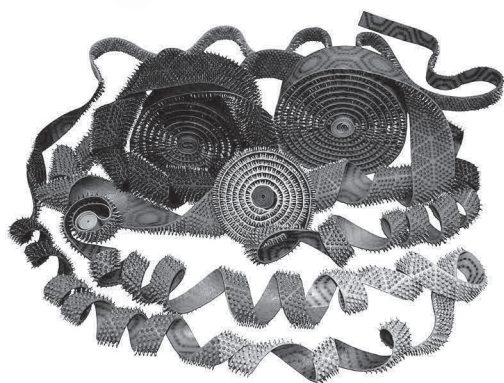
Существует 10 видов в зависимости от длины, ширины и количеству в упаковке. Благодаря гибкости, эластичности лент позволяет гораздо легче достичь результатов в лечении и профилактике различных заболеваний: при болях в позвоночнике, суставах, мышцах, головных болях, при варикозной болезни нижних конечностей, травмах, переломах.

### «Стельки-плюс»

(с тапочками)

(Шаг иглы 5,0 мм; размер: 37-40, 40-43, 43-46). Оригинальный и особенный аппликатор. Специально подобранная величина ограничительных валиков дозирует и корректирует силу воздействия игл на рефлексогенные зоны подошвы, предупреждая и исключая возможность повреждения кожи. На стопе находятся биологически активные точки — проекции всех органов и систем. Воздействуя на них, «Стельки» восстанавливают и нормализуют функции всех органов и систем.

На стельки можно аккуратно наступать, на них можно стоять, ходить, бегать, прыгать, танцевать.





Вложив стельку внутрь х/б носка (р-р 27-29) и одев его на стопу, находясь в положении сидя, можно прокатывать по полу предметы, например, скалку или стеклянную бутылку для оптимизации действия.

Удобны в использовании, можно подложить вату между стелькой-аппликатором и тапочками на уровне зон, которые нужно активизировать; для усиления эффекта можно положить на стельки тканевую прослойку — 2-3 слоя марли или редкую хлопчатобумажную ткань,

смоченную раствором лекарственных препаратов, отваром трав, соляным раствором. «Стельки» также можно использовать на любые участки тела.

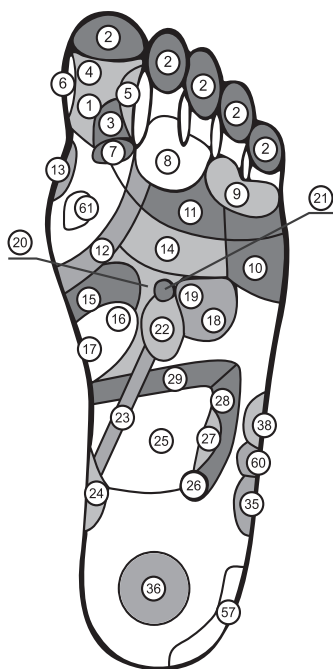
Время воздействия «Стельками» определяется получением желаемого эффекта:

- стимулирующее (тонизирующее) воздействие 5-7 мин. в активном двигательном режиме (ходьба, бег); стоя на стельках или интенсивно «прокатывая» стопы со стелькой.
- успокаивающее (седативное) воздействие — 15-30 минут плавных, поступательных, волнообразных движений стопы на стельке, при исходном положении сидя на стуле или лежа в постели.

## СХЕМА РЕФЛЕКСОГЕННЫХ ЗОН И ТОЧЕК НА СТОПАХ

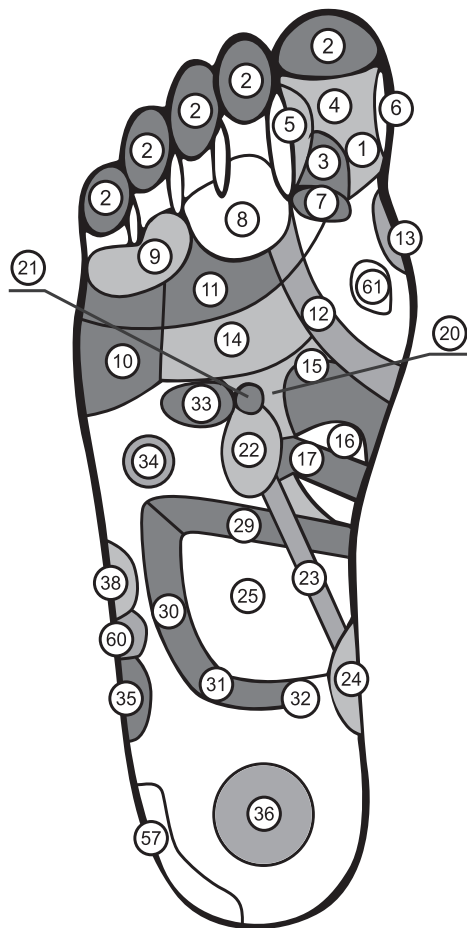
### ЛЕВАЯ СТОПА

1. Голова, мозг (правая сторона)
2. Лобные пазухи (правая сторона)
3. Мозжечок, ствол головного мозга
4. Гипофиз
5. Тройничный нерв, висок справа
6. Нос
7. Затылок
8. Правый глаз
9. Правое ухо
10. Правое плечо
11. Трапециевидная мышца справа
12. Щитовидная железа
13. Околощитовидные железы
14. Легкие и бронхи справа
15. Желудок
16. Двенадцатиперстная кишка
17. Поджелудочная железа
18. Печень





19. Желчный пузырь
20. Солнечное сплетение
21. Надпочечники справа
22. Почка правая
23. Мочевыводящие пути справа
24. Мочевой пузырь
25. Тонкая кишка
26. Червеобразный отросток
27. Подвздошная кишка
28. Восходящая ободочная кишка
29. Поперечная ободочная кишка
35. Правое колено
36. Половые железы, яичники справа
38. Тазобедренный сустав справа
57. Нервная система
60. Коленный сустав справа
61. Горло



#### ПРАВАЯ СТОПА

1. Голова, мозг, (левая сторона)
2. Лобные пазухи, (левая сторона)
3. Мозжечок, ствол головного мозга
4. Гипофиз
5. Тройничный нерв, висок слева
6. Нос
7. Затылок
8. Левый глаз
9. Левое ухо

10. Левое плечо
11. Трапециевидная мышца слева
12. Щитовидная железа
13. Околощитовидные железы
14. Легкие и бронхи слева
15. Желудок
16. Двенадцатиперстная кишка
17. Поджелудочная железа
20. Солнечное сплетение
21. Надпочечники слева
22. Почка левая
23. Мочевыводящие пути слева
24. Мочевой пузырь

25. Тонкая кишка
29. Поперечная ободочная кишка
30. Нисходящая ободочная кишка
31. Прямая кишка
32. Анальное отверстие
33. Сердце
34. Селезенка
35. Левое колено
36. Половые железы
38. Тазобедренный сустав слева
57. Нервная система
60. Коленный сустав слева
61. Горло

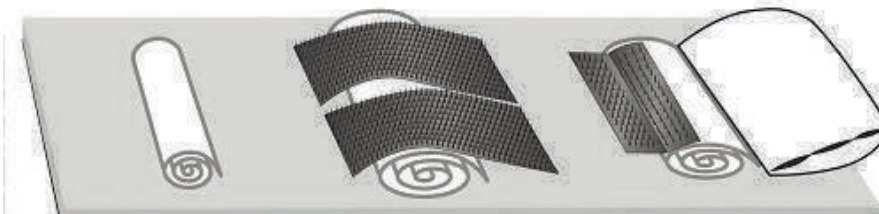
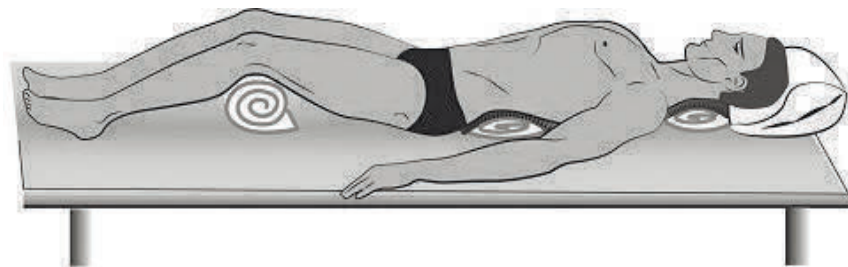
## ОТЛИЧИЕ УСТРОЙСТВ АППЛИКАЦИОННЫХ ПЛОСКИХ ОТ ВАЛИКОВ

Устройства аппликационные Ляпко плоские (пластины) предназначены для статического воздействия главным образом на участки тела с большим радиусом кривизны: спина, живот, область грудной клетки, пояснично-крестцовая область, конечности, ладони и стопы. На плоских аппликаторах можно лежать или укладывать их на проблемные участки тела, равномерно прижав сверху мешочком с песком или зафиксировав эластичным бинтом. Работа с пластинами не требует помощи со стороны. 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 (миллионный «игольчатый душ»). Используются на всех участках тела. Валик требует участия помощника при обработке труднодоступных участков тела. С помощью валика можно за 10 минут разогреть всю семью после переохлаждения. Детям очень нравится, когда их «обкатывают» валиком, они просто хохочут от удовольствия.

### КАК РАБОТАТЬ С АППЛИКАТОРОМ?

Шаг иглы аппликатора подбирают в зависимости от индивидуальной кожной чувствительности и необходимой степени интенсивности воздействия, ориентируясь на комфортность ощущений при аппликациях. Детям обычно рекомендуют



использовать аппликаторы с более густым шагом.

Аппликаторы-пластины и аппликационные валики имеют единый механизм воздействия и могут применяться как самостоятельно, так и совместно, потенцируя (усиливая) действие друг друга. Показания к применению одинаковы, главным принципом выбора является комфортность использования.

Плоские статические аппликаторы и аппликационные валики используются для воздействия на основные, дополнительные и вспомогательные зоны. Валиками также воздействуют на зоны вдоль позвоночника (зоны расположения сочувственных точек) для рефлекторной диагностики. Как с помощью аппликатора, так и с помощью валика можно за короткий срок снять боль, восстановить работоспособность, перевести нервную систему из стрессового состояния в нормальное, получить терапевтический эффект при различных патологических состояниях.

В 90% случаев необходимо воздействовать на ту зону, которая беспокоит (зона боли), а для повышения эффективности лечения следует воздействовать на дополнительные и вспомогательные зоны. В общую рецептуру всегда необходимо включать основную зону (область позвоночника). Дополнительные и вспомогательные зоны нужно использовать в том случае, когда по ряду причин невозможно воздействовать на основную зону. Дополнительные и вспомогательные зоны могут находиться на участках, противоположных по расположению к основной зоне. Для потенцирования (усиления) лечебного эффекта целесообразно включать в рецептуру воздействие на симметричные зоны здоровой стороны. Для достижения оптимального терапевтического эффекта необходимо:

1. Правильно выбрать зоны, режимы и способы воздействия.
2. Осуществить правильную укладку на аппликаторы.

**Главное условие правильной укладки** — равномерное распределение тяжести тела по 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.

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 в здоровый полноценный сон.

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 дискомфортных ощущений могут быть неправильное применение аппликаторов, т.е. неравномерность нагрузки на иглы, а также сползание с аппликаторов, сопровождающееся царапанием кожи. Для устранения этих явлений следует приподняться над аппликатором и опуститься на него снова, подложив под коленные суставы мягкий валик.

## ДЛИТЕЛЬНОСТЬ ВОЗДЕЙСТВИЯ

Время воздействия аппликаторов зависит от имеющихся в данном случае симптомов и той конкретной задачи, которую Вы перед собой ставите.

При интенсивных болях, гипотонии, сонливости, слабости, снижении чувствительности и работоспособности, а также у ослабленных больных и пожилых людей воздействие эффективно проводить в утренние часы и первую половину дня. Длительность сеанса составляет для аппликатора — 7-10 мин., для валика — 3-7 мин.

При хронических заболеваниях, повышении артериального давления, раздражительности, возбуждении, бессоннице рекомендуется использовать аппликаторы во второй половине дня или перед сном. Длительность воздействия — для валика — 15-20 мин., для плоского аппликатора 20-30 мин. В отдельных случаях выраженный положительный эффект достигается длительным воздействием от 30 мин. до 1-2 ч.

Курс лечения составляет 1-2 недели. Лечение можно повторить через 2-4 недели.

Имеется положительный практический опыт длительного, в течение нескольких месяцев подряд ежедневного применения аппликаторов. Наблюдалось стойкое улучшение самочувствия, снятие хронической боли, повышение жизненного тонуса и работоспособности.

Назначение	Валик	Аппликатор
Тонизирующее действие (утром, днем)	3-7 мин.	7-10 мин.
Гармонизация (в любое время суток)	8-15 мин.	12-18 мин.
Седативное (успокаивающее) действие, (во второй половине дня, лучше на ночь)	15-20 мин.	20-30 мин. и более

*Таблица 2. Время применения аппликаторов Ляпко*

**АППЛИКАТОРЫ ДОЛЖНЫ ВЫЗЫВАТЬ ТОЛЬКО ПРИЯТНЫЕ ОЩУЩЕНИЯ!**

## ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ

### **I. Заболевания и повреждения опорно-двигательного аппарата:**

1) перенапряжение нервно-мышечного аппарата; 2) миозит; 3) миалгия; 4) тендовагинит; 5) повреждение связочного аппарата; 6) сколиоз; 7) травмы, переломы, послеоперационные состояния; 8) остеохондроз; 9) заболевания суставов (артриты, артрозы, коксартрозы); 10) межпозвоночные грыжи; 11) протрузии. и др.

### **II. Заболевания нервной системы:**

1) неврозы; 2) неврологические проявления остеохондроза позвоночника; 3)

люмбаго; 4) невриты; 5) невралгии; 6) миастении; 7) вялые и спастические параличи; 8) неврастения, бессонница; 9) вегето-сосудистая дистония; 10) энурез; 11) мигрень; 12) болезнь Рейно; 13) детский церебральный паралич; 14) восстановление после черепно-мозговых травм и инсультов; 15) плексит; 16) радикулит; 17) симпаталгия. и др.

### **III. Заболевания внутренних органов и систем:**

- сердечно-сосудистой системы:

1) гипертоническая болезнь; 2) гипотония; 3) ишемическая болезнь сердца; 4) стенокардия; 5) аритмии; 6) атеросклероз; 7) инфаркт миокарда; 8) ревматизм; 9) варикозное расширение вен; 10) геморрой; 11) сердечная недостаточность и др.

- дыхательной системы:

1) ринит; 2) фарингит; 3) ларингит; 4) бронхит; 5) пневмония; 6) трахеит; 7) плеврит; 8) бронхиальная астма, в том числе и аллергического происхождения и др.

- пищеварительной системы:

1) гастриты; 2) дуоденит; 3) язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки; 4) атония желудка и кишечника; 5) колиты, энтероколиты; 6) дискинезия желчного пузыря и желчевыводящих путей; 7) гепатит, холецистит, печеночная колика; 8) панкреатит; 9) метеоризм (вздутие живота) и др.

- мочевыделительной системы:

1) гломерулонефрит, 2) пиелонефрит; 3) мочекаменная болезнь, почечная колика; 4) циститы, цисталгии; 5) уретриты; 6) простатит, аденома предстательной железы и др.

-эндокринной системы:

1) гипотиреоз, гипертиреоз; 2) сахарный диабет; 3) алиментарное ожирение и др.

### **IV. Акушерство и гинекология:**

1) ранние токсикозы; 2) нарушения лактации, гипо- и гипергалактия, маститы; 3) сохранение беременности; 4) обезболивание и регулирование родовой деятельности, восстановление в послеродовом периоде и после кесарева сечения; 5) бесплодие; 6) нарушение овариально-менструального цикла (аменорея, дисменорея); 7) аднекситы; 8) заболевания органов малого таза; 9) климактерический синдром и др.

### **V. Дерматология и косметология:**

1) нейродермит; 2) крапивница; 3) экзема; 4) кожный зуд; 5) псориаз; 6) целлюлит и др.

### **VI. Стоматология:**

1) гингивит; пародонтоз, стоматит; 2) обезболивание при стоматологических манипуляциях; 3) зубная боль и др.

### **Снятие абстинентного синдрома при алкоголизме и табакокурении.**

**Восстановление жизненного тонуса, хорошего настроения и работоспособности.**

## **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 истощение;
- аллергия на какой-либо металл;
- нарушения целостности кожных покровов: раны, ожоги, обморожения.

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

## **ДЕЗОБРАБОТКА УСТРОЙСТВ АППЛИКАЦИОННЫХ ЛЯПКО**

Устройства аппликационные Ляпко (УАЛ) в процессе использования соприкасаются с кожей, не повреждая ее, и не имеют контакта с кровью. В лечебных учреждениях после сеанса аппликаций они должны подвергаться дезинфекции согласно Стандартам проведения дезинфекции изделий медицинского назначения, путем их полного погружения в дезинфицирующий раствор.

Для этого используют химические препараты для резиновых медизделий и для некоррозийнстойких металлов, разрешенные к применению в Украине. Концентрация и время экспозиции согласно методическим рекомендациям к дезсредствам. Например: «Гигасепт АФ Форте нью», «Корзолекс базик», «Корзолекс экстра» и др.

После обработки дезсредством и промывания под проточной водой, продезинфицированное устройство просушивается при помощи фена струей горячего воздуха.

Обработанные устройства аппликационные Ляпко хранить под чистой пленкой.

При индивидуальном использовании УАЛ не нуждается в дезинфекции. Гигиенический уход предусматривает периодическую обработку моющим раствором (шампунь, жидкое мыло), при помощи щетки, промывание проточной водой и про-

сушивание потоком горячего воздуха (с помощью фена) на максимально близком расстоянии от иглока.

Иглы аппликаторов сделаны из некоррозийнстойких металлов, что допускает возможность их окисления.

## РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРИМЕНЕНИЮ АППЛИКАТОРОВ ЛЯПКО

- **При остеохондрозе позвоночника** на аппликаторы ложатся спиной, можно располагать их по всей площади шеи, спины, пояснично-крестцовой области.
- **При головных болях, болях в шее, плечевом поясе, руках, в области сердца, в верхних и средних отделах грудной клетки** аппликаторы следует подкладывать под голову, шею, плечевой пояс, верхние и средние отделы грудной клетки, дополнить воздействием на кисти и стопы.
- **При травмах, переломах** аппликатор накладывают на отдел позвоночника, соответствующий сегментарной иннервации поврежденной конечности, на 15-30 минут, затем выше или ниже перелома.
- **При заболеваниях желудочно-кишечного тракта, печени, почек** аппликаторами воздействуют под средний или нижний отделы спины и под поясницу, а для усиления эффекта — на живот, прижав мешочком с песком. Можно воздействовать на те же зоны аппликационным поясом «Малыш».
- **При язвенной болезни желудка, панкреатите** аппликатор применяется на нижний грудной и поясничный отделы позвоночника, при обострении — выше и ниже зоны боли (спина, живот).
- **При болях внизу живота, в крестце, пояснице, нижних конечностях, также при заболеваниях и нарушениях функций органов малого таза** аппликаторы применяют на пояснично-крестцовый отдел, ягодичную область и низ живота.
- **Для ускорения заживления и восстановления функций кишечника после операции** аппликаторы укладывают выше или ниже места операции.
- **При нарушении функций тазовых органов для нормализации мочеиспускания, а также при воспалительных заболеваниях матки, придатков, мочевого пузыря, простатитах, аденоме простаты** аппликаторы используют под пояснично-крестцовый отдел и ягодичную область.
- **При простудах, хронических заболеваниях легких, бронхов** аппликатором пользуются как «горчичником». Зона применения: спина, шейно-воротниковая область, передняя поверхность грудной клетки, область грудины.
- **Для снятия приступа бронхиальной астмы** лечь на аппликатор шейно-воротниковой зоной с захватом среднего отдела грудной клетки либо использовать аппликационный пояс, а игольчатым валиком или маленьким аппликатором проводить «болезненные» прижимы зоны грудины и верхних отделов передней поверхности грудной клетки. При этом обязательно сдерживать дыхание по методу Бутейко.

- **При насморке, аллергической или простудной этиологии** на аппликаторе нужно 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 варикозном расширении вен нижних конечностей** зона приложения — поясничный отдел с захватом нижнегрудного отдела позвоночника и область грудной клетки справа (зона проекции печени) 15-25 минут. Лучше проводить 3 процедуры в день. Например: утром после ходьбы, когда появляется усталость в ногах. Нужно лечь, положить голени на аппликатор, под стопы «Стельки плюс», положение ног приподнятое для улучшения оттока крови, время воздействия 15-20 минут. В обед прокатывать аппликатором валиком вдоль наружной и внутренней поверхностей бедер и голеней.

Вечером аппликационную терапию проводить паравертебрально на поясничный отдел с захватом нижнегрудного отдела позвоночника, также на область грудной клетки справа (зона проекции печени), можно использовать «Ромашку М», «Коврик большой» аппликатор или обмотаться «Волшебной лентой «Здоровье». Время воздействия 15-20 минут.

«Волшебную ленту «Здоровье» можно наматывать на голени на две ноги сразу или чередуя, можно лежа. Можно ходить, но после снятия ленты полежать с приподнятыми ногами для улучшения оттока крови. Время воздействия 15-20 минут.

Через день нужно вместо процедуры на поясницу и нижнегрудной отдел позвоночника проводить аппликационную терапию на шейно-воротниковый отдел позвоночника для снятия спазма сосудов головы с целью профилактики спазма периферических капилляров, в том числе и ног. Все эти процедуры способствуют улучшению кровообращения, снятию чувства «тяжести» в ногах, снятию отеков ног, болей, а также улучшению общего самочувствия.

Кроме этой методики рекомендовано: увлажнение ног, марлевые компрессы с лечебными настоями трав и веществами, улучшающими трофику и кровообращение. Под аппликатор можно подложить марлевые, тканевые повязки, смоченные настоем лекарственных трав, раствором лечебных солей и других лечебных растворов. Аппликации можно получать в ваннах (ванночках) с лечебными травами, минералами, солями. В этом случае аппликации могут длиться 1- 1,5 часа с аналогичным перерывом и повтором до 2-4 раз в сутки в течение 5-7 дней, затем могут применяться обычные методики 1-2 раза в день. Возможны другие варианты, подбираемые индивидуально в сочетании с другими методами лечения: лечебная гимнастика, физические упражнения, массаж и пр.

- **При инсультах**

**При инсультах в острой стадии** для устранения осложнений, а иногда и для



предотвращения развития инсульта желательно произвести поочередно (начиная с большой стороны) глубокие проколы кончиков пальцев рук и ног при помощи скарификатора или стерильной иглы. После каждого из двух-трех проколов проводить доящие движения пальцев, стараясь выдавить как можно больше крови. Эта процедура рефлекторно предотвращает кровоизлияние из лопнувших сосудов головного мозга, давая возможность устранить кровотечение из них, понизив в них давление путем перераспределения крови на периферию (кисти, стопы) и последующим обильным выпуском крови из пальцев. Одновременно проводят очень интенсивное воздействие на поверхность стоп и кистей в течение 30-50 мин. Аппликации проводятся плоскими аппликаторами с сильным прижимом по 5-10 мин., чередуя с интенсивным воздействием валиком в течение 3-7 мин. попеременно больную и здоровую сторону. Применяется воздействие на другие участки тела (предплечье, голени, область позвоночника, голова, шея) с меньшей интенсивностью и меньше по времени. Больше по времени следует воздействовать на больную (пораженную) сторону.

**Для стадии реабилитации** в домашних условиях используют аппликатор поочередно на все пораженные отделы позвоночника и конечности. Начинать надо со здоровой стороны. Укладываются аппликаторы вдоль позвоночника, на шейный отдел или, например, на поясничный. Параллельно раскатывают валиком больную руку или ногу, начиная с кончиков пальцев, потом поднимаются выше (для восстановления нервной проводимости). Обкатка должна проводиться легко: на больной стороне улучшается кровообращение — расширяются капилляры, кожа розовеет. Также проводят ручной массаж и последующее обкатывание головы валиком. Процедуру желательно завершать воздействием аппликаторов на стопы, сидя или стоя. Время воздействия 7-10 мин. на здоровой стороне, 10-20 на больной. Так как пациенты быстро устают, то такие процедуры можно проводить 2 раза в день по 30-40 мин.

**Для эффективного сжигания жировых отложений** аппликатор (шаг иглы 6,2 – 7,0 мм) прикладывать на 7-10 мин. к зонам наибольшего ожирения поочередно, и на зону позвоночника (поясничный отдел) — 15-20 мин. Используются «Волшебные ленты «Здоровье»: две 5-7-ми сегментные или одна 9-ти сегментная, могут применяться совместно с марлевой прокладкой (1-2 слоя густой марли), смоченной раствором минералов, солей, отваром трав и пр. Аппликатор накладывают поверх марлевой прокладки.

• **При заболеваниях щитовидной железы с ее гиперфункцией (тиреотоксикоз)** очень важно научиться правильно дышать (точнее — почти не дышать!). Например, учиться делать задержки дыхания на одну-две минуты, 5-15 раз в день. После каждой задержки дыхания стараться дышать «не видно, не слышно» или дыханием «спящего ребенка», что то же самое. При гипотиреозе (микседеме) стараться дышать интенсивно, глубоко, часто в течение 3-7 мин. 2-3 раза в день. Одновременно с помощью аппликаторов, аппликационных лент «Здоровье» воздействовать на шейный отдел позвоночника. Эффективным является воздействие на дополнительные зоны: крестцово-копчиковую и зону надпочечников. Процедуру следует завершать воздействием на стопы. Особое внимание следует обратить на область сочленения второй фаланги больших пальцев кистей рук и на стопы (плюсне фалангового сочленения большого пальца) — с подошвенной и с тыльной стороны стоп, время воздействия 3-5 мин., можно

дольше; 2-3 раза в день. При гипертиреозе воздействие на шею и область щитовидной железы длительное — 15-30 мин., 1-2 раза в день; при микседеме воздействие кратковременное 3-7 мин., 4-6 раз в день. Могут применяться и другие вспомогательные зоны.

- **При алкоголизме и табакокурении** воздействовать аппликаторами нужно на зоны, ответственные за выброс большого количества биологически активных веществ: затылок, шейно-воротниковая, вся область спины вдоль позвоночника, пояснично-крестцовый отдел. На теле человека находятся тысячи не только жизненно важных точек, но и десятки тысяч других не менее важных зон и точек, через которые можно осуществлять положительное воздействие как на внутренние органы, так и на весь организм в целом. Так ниже колена находятся точка **Е 36 (Цзу-сань-ли)** от «ста болезней» и несколько выше ее, на 1-2 см — новая точка. Эту точку (зону) часть авторов называют **Цзу-ли-пан** — точка для лечения алкогольной и других зависимостей. На зону этих точек прикрепить пояс «Малыш», что способствует общему выбросу внутренних лекарств, нормализующих обменные процессы в организме. Также необходимо воздействовать аппликатором на точки в области ушной раковины, аппликационная терапия на живот, на грудную клетку. Параллельно с укладкой на аппликаторы использовать метод, раскрывающий сверхвозможности человека — метод включения эндогенного дыхания с использованием уже имеющегося внутреннего кислорода, находящегося преимущественно в жировой ткани. Для этого следует пациента положить на множество аппликаторов, а также положить их на него сверху или обмотать его лентами с головы до ног, в том числе и лицо, накрыть его с головой четырьмя — пятью одеялами (на голову лучше надеть большой прозрачный полиэтиленовый пакет или полугерметичную дыхательную пирамиду). Время процедуры 30-50 мин., проводить 1-2 раза в день. Во время таких процедур включаются собственные защитные системы организма, сгорают и удаляются не только шлаки, но и лишние жировые отложения.

## АППЛИКАЦИОННАЯ ТЕРАПИЯ ВО ВРЕМЯ БЕРЕМЕННОСТИ

Для сохранения беременности, а также для улучшения условий ее течения рекомендуется применение аппликаторов с мелким шагом (3,5-5,0 мм.). Ощущения при этом обязательно должны быть комфортными. Аппликаторы и валики используют на паравертебральные (вдоль позвоночника с обеих сторон) зоны, зоны предплечий и голей, а также кисти и стопы. Воздействие валиком должно быть мягким и деликатным.

### ТОКСИКОЗЫ БЕРЕМЕННЫХ

Во время беременности снижается порог чувствительности и женщина начинает реагировать на любые раздражители, у нее повышена чувствительность на запахи, на слова и так далее. **При ранних токсикозах** беременности (тошнота, рвота) аппликатором воздействуют на нижнюю треть грудного отдела, на верх поясничного отдела позвоночника, 10-20 мин., возможна укладка через тонкую пеленку для комфорта;

прокатывать валиком верх живота выше пупка, предплечья, кисти 15 мин., процедуру проводить нежно, ощущения должны быть комфортными.

Прокатка живота по часовой стрелке помогает **отрегулировать работу кишечника**. Можно использовать аппликаторы как «горчичник» **при простуде**.

### **БОЛЬ В СПИНЕ, ТЯЖЕСТЬ В НОГАХ**

Одно из наиболее заметных изменений, проявляющихся у беременной женщины,— это изменение массы тела. К концу беременности вес женщины увеличивается примерно на 10-12 кг. В это время позвоночник испытывает двойную нагрузку. На различных сроках беременных беспокоят боли в спине. Также могут появляться чувство усталости, тяжести, боли в ногах, отеки к концу дня, чувство жжения. В последующем могут появляться варикозно расширенные вены.

Прокатывать валиком область спины, с захватом нижнегрудного, поясничного отдела позвоночника и ноги. Время воздействия утром 5-7 мин., вечером 10-15 мин. Затем можно проводить укладку на аппликатор на нижнегрудной и поясничный отдел позвоночника, шаг иглы брать меньший, от 4,9 до 5,0 мм. («Шанс», «Ромашка-М»). Процедуры проводить 2 раза в день.

Очень эффективно применение «Волшебной ленты «Здоровье» через смоченные лечебным раствором (отваром) марлевые прокладки или без них, на время от 15 до 40 мин.

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

### **ПРОФИЛАКТИКА И ЛЕЧЕНИЕ РАСТЯЖЕК**

Проще предупредить появление растяжек, чем потом бороться с ними. Очень важно контролировать темпы прибавления веса. Стремительное увеличение массы тела неминуемо приведет к появлению растяжек.

Для предупреждения растяжек нужно использовать специальные бандажи.

Каждый день с самого начала беременности обкатывать «опасные» места аппликаторами валиками до появления легкой гиперемии и ощущения приятного тепла. На область бедер и ягодиц надевать пояс «Малыш», «Волшебную ленту «Здоровье» (по ранее указанным методикам).

Время воздействия 10-20 мин., ощущения должны быть комфортными. Можно проводить массаж проблемных мест массажером «Фараон» (время воздействия 3-7 мин).

### **РОДЫ**

В начале родовой деятельности, когда промежутки между схватками длинные, а продолжительность схватки небольшая: во время схватки проводить массаж пояснично-крестцовой области массажером «Фараон», а в промежутках массировать всю спину круговыми и продольными движениями. При усилении болей во время схваток обкатывать валиком (с посторонней помощью) пояснично-крестцовую область с захватом нижнегрудного отдела позвоночника. Степень нажима валика регулировать самостоятельно.

Многим беременным в этот момент хочется сильного воздействия и высокой амплитуды движения валика.

Эффективно использовать аппликации вместе с правильным дыханием во время схваток и между ними. Вдох через нос, выдох ртом, вдох должен быть длиннее выдоха.

### **ПОСЛЕРОДОВЫЙ ПЕРИОД**

Для снятия болезненных ощущений во время сокращения матки обкатывать низ живота аппликаторами валиками, время воздействия 10-15 минут, прокатывать легко, ощущения должны быть комфортными. Можно наматывать «Волшебную ленту «Здоровье».

Эти процедуры также помогут восстановить упругость кожи.

### **АППЛИКАТОРЫ ЛЯПКО И ВАШ РЕБЕНОК**

В первые три месяца жизни более чем у 70% детей отмечаются функциональные кишечные колики. В подавляющем большинстве случаев эти колики — не патология (заболевание), а приспособление желудочно-кишечного тракта (ЖКТ) малыша к новым условиям.

Всем родителям знакома такая картина: на фоне кормления или вскоре после него малыш вдруг начинает поджимать ножки к животу, проявлять беспокойство, а затем резко краснеет и начинает кричать. Продолжаться эта ситуация может достаточно долго. Это и есть «кишечная колика».

**Для снятия колик** можно пользоваться лицевым валиком или аппликатором «Краплинка». Процедуры проводить через хлопчатобумажную ткань. Валиком легонько обкатывайте животик по часовой стрелке в течении нескольких минут до появления легкой гиперемии (покраснения). Затем положите ребеночка на животик и покажите валиком средний и нижний отделы спинки. По такой же схеме воздействуем и аппликатором «Краплинка»: поочередно (**по часовой стрелке!**) прикладывая его к животу вокруг пупка, так чтобы получался квадрат. Нажим аппликатором должен быть нежным, без усилия. Проводить процедуру между кормлениями или до кормления. Очень эффективно проводить массаж аппликаторами перед купанием.

Главное помнить, что все это проходящее, при правильном использовании всех рекомендаций этот период может пройти достаточно легко и не омрачить радости первых месяцев материнства!

### **МЫ ЗА ГРУДНОЕ ВСКАРМЛИВАНИЕ!**

Для сохранения и стимуляции лактации аппликатор («Коврик большой», «Ромашка-М» и т.п.) нужно использовать на весь грудной отдел спины утром и вечером по 15-20 мин. Перед каждым кормлением обкатывайте обе груди, обходя соски универсальным валиком 3-5 мин. Эффективно и приятно использование «Волшебная лента «Здоровье». Побольше отдыхайте и правильно питайтесь.

### **МАСТИТЫ**

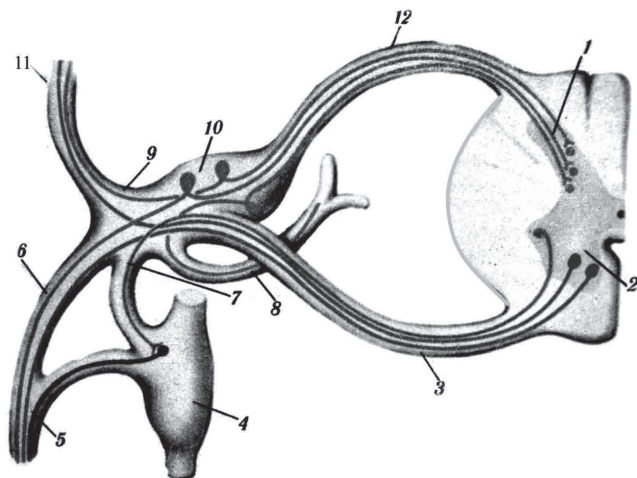
При уплотнениях и маститах возможно длительное применение аппликатора «Краплинка», можно через смоченную в гипертоническом растворе двухслойную марлю или тонкую хлопковую ткань. На зону уплотнения делают чувствительные прижимы в течение

ние 10-15 мин., 3-4 раза в сутки, можно чаще до исчезновения проявлений заболевания.

## СХЕМЫ ВОЗДЕЙСТВИЯ АППЛИКАТОРАМИ И ВАЛИКАМИ ПРИ РАЗЛИЧНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЯХ

**Основные зоны** (расположены на задней поверхности туловища, головы, шеи). Основными названы в связи с тем, что участки кожи по обе стороны позвоночника и непосредственно над позвоночником наиболее близко расположены от выходов корешков черепно-мозговых и спинномозговых нервов и других структур. Периферическую нервную систему составляют черепные и спинномозговые нервы, а также нервы и сплетения вегетативной нервной системы. (Рис.3, 4)

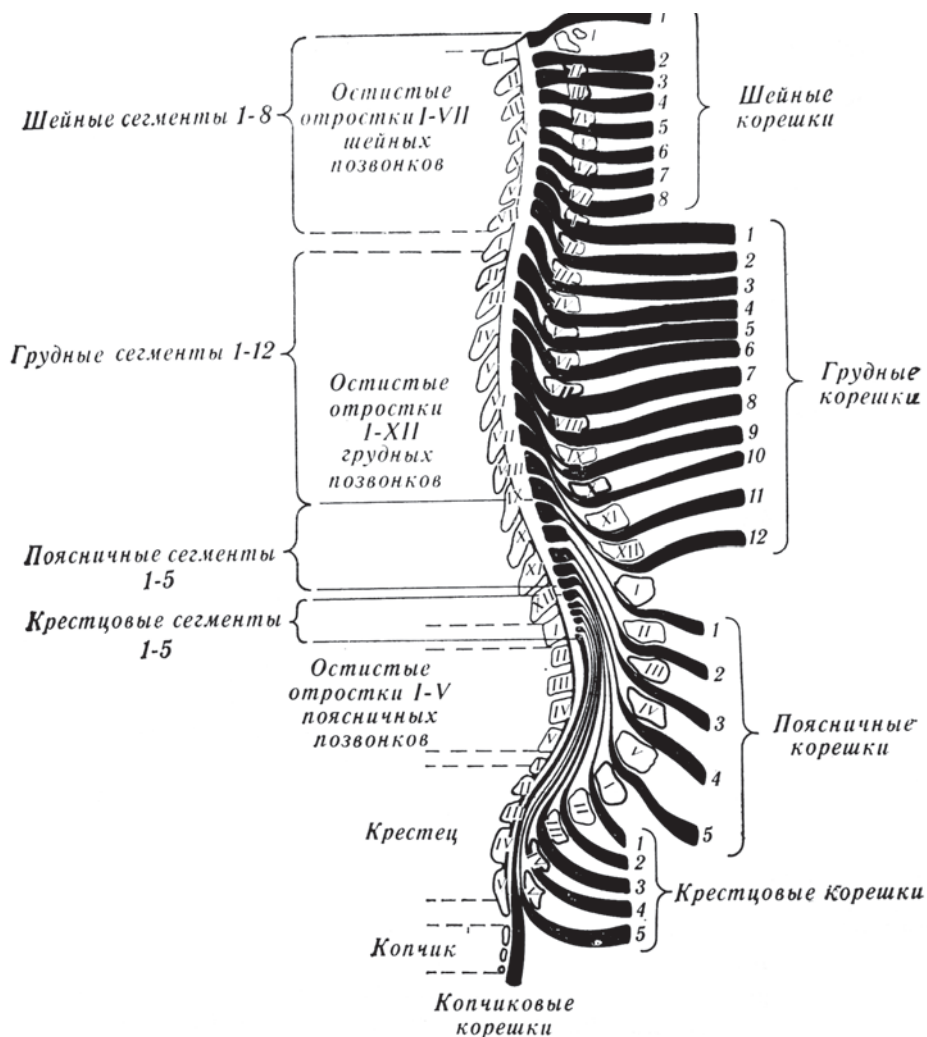
В пределах центрального канала спинного мозга передний (двигательный) и задний (чувствительный) корешки постепенно сближаются, затем сливаются и образуют на протяжении до спинномозговых узлов корешковый нерв, после — спинномозговой нерв. Благодаря такому слиянию спинномозговые нервы являются смешанными, так как содержат двигательные (эфферентные) волокна от клеток передних рогов, чувствительные (афферентные) волокна от клеток спинномозговых узлов и вегетативные волокна от клеток боковых рогов и узлов симпатического ствола (Рис.2).



**Рис. 2. Спинномозговой нерв и его ветви:**

1 — задний рог; 2 — передний рог; 3 — передний корешок; 4 — узел симпатического ствола; 5 — серая соединительная ветвь; 6 — передняя ветвь; 7 — белая соединительная ветвь; 8 — ветвь мозговой оболочки; 9 — спинномозговой нерв; 10 — спинномозговой узел; 11 — задняя ветвь; 12 — задний корешок.

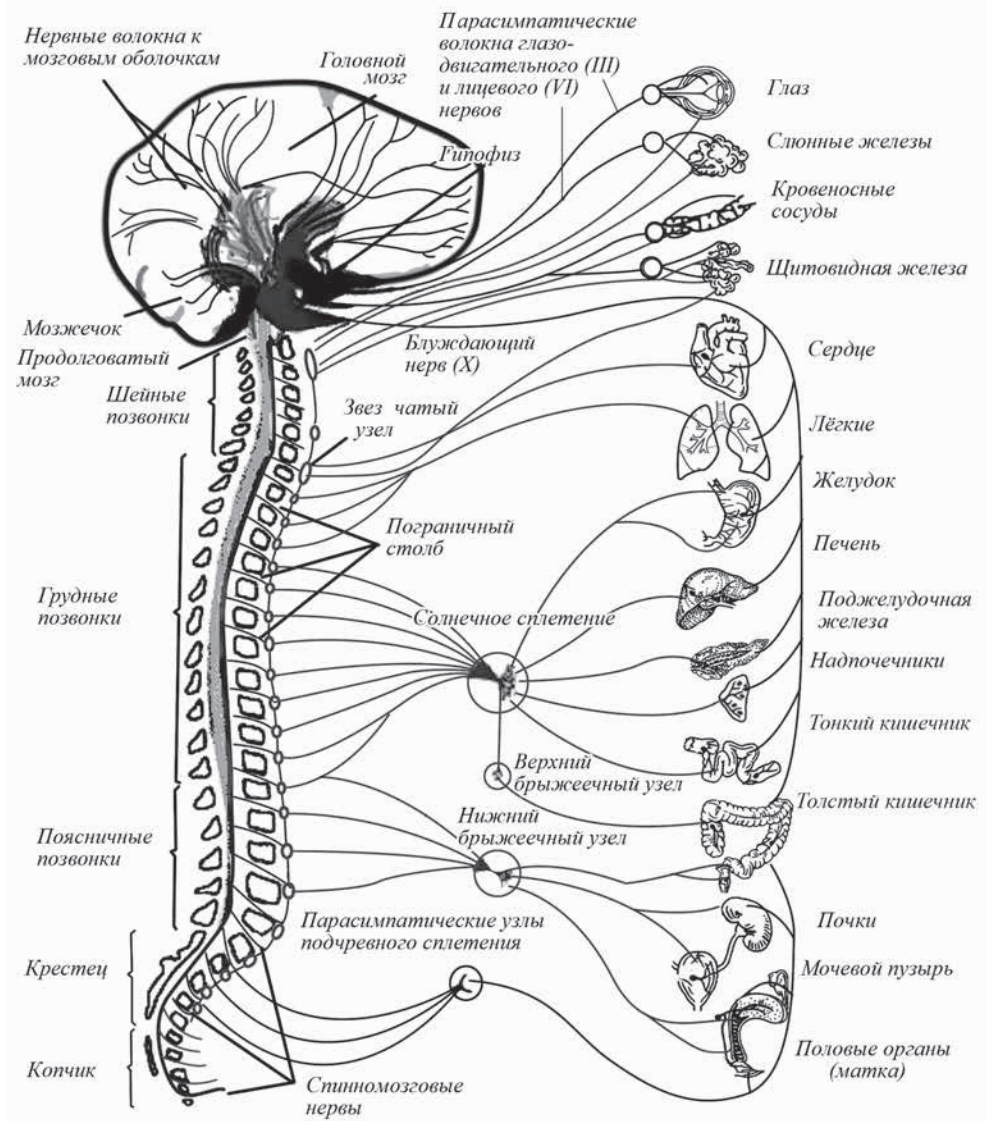
Выйдя из центрального канала, спинномозговые нервы делятся на передние ветви, иннервирующие кожу, мышцы конечностей и передней поверхности туловища;



**Рис. 3. Строение позвоночного столба**

задние ветви, иннервирующие кожу и мышцы задней поверхности туловища; менингеальные ветви, направляющиеся к твердой оболочке спинного мозга, и соединительные ветви, содержащие симпатические преганглионарные волокна, следующие к узлам симпатического ствола.

Передние ветви спинномозговых нервов образуют шейное, плечевое, пояснич-



**Рис. 4. Схема вегетативной нервной системы** (по Ярошу А.А.)

ное, крестцовое и копчиковое сплетения. Передние ветви грудного отдела дают начало межреберным и подреберному нервам.

Из сплетений берут начало периферические кожные и мышечные нервы, в формировании которых обычно принимают участие несколько сегментов спинного мозга.

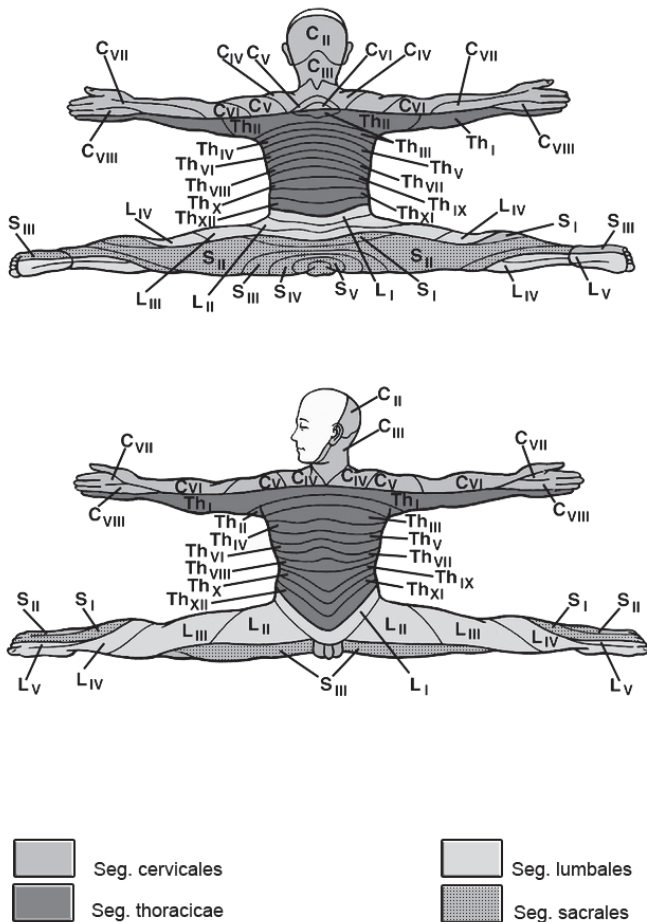
Серое вещество вместе с передними и задними корешками относится к сегмен-

тарному аппарату спинного мозга, выполняющему двигательные, чувствительные, рефлекторные и вегетативно — трофические функции.

Сегмент спинного мозга входит в состав метамера тела, к которому относится также определенный участок кожи (дерматом), мышцы (миотом), кости (склеротом) и внутренности (спланхнотом), иннервируемый этим сегментом. (Рис.5)

Спинальный мозг имеет 31-32 сегмента и делится на 5 отделов: шейный — С1-С8, грудной Th1-Th12, поясничный — L1-L5 и крестцовый — S1-S5. В самом низу имеются один — два рудиментарных копчиковых сегмента (Co1-Co2).

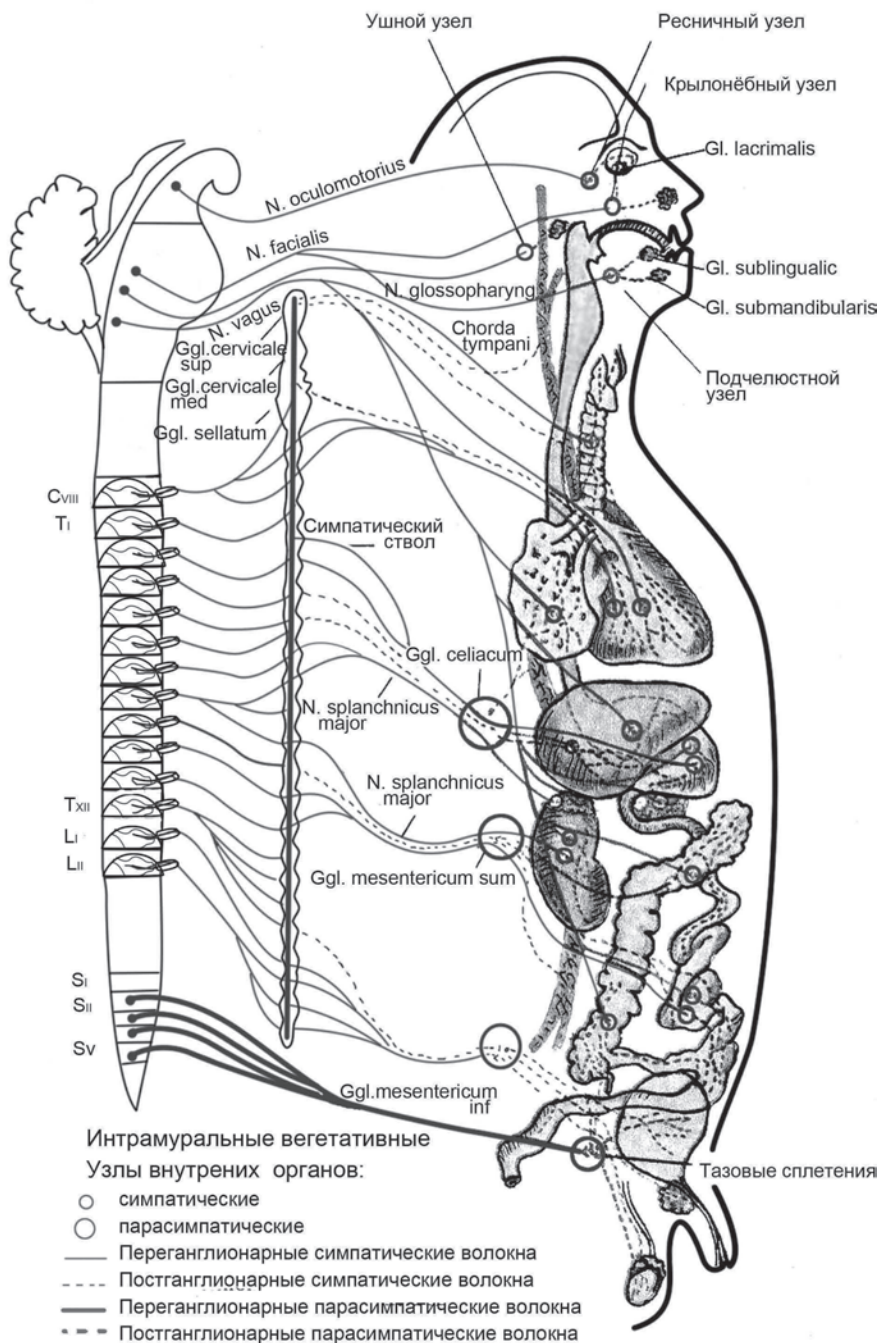
Образования центральной и вегетативной нервной системы наиболее близко расположены к задней поверхности туловища человека, головы, шеи и поэтому при рефлекторном аппликационном воздействии наиболее эффективно включаются (активизируются) через кожу на задней поверхности туловища, головы, шеи. **Термин «основные зоны»** применен, с нашей точки зрения, наиболее правильно, так как показывает наибольшую функциональную активность этих зон для более эффективной нормализации процессов жизнедеятельности в органах и



**Рис. 5. Сегментарный уровень кожной чувствительности**

системах человека по сравнению с другими зонами, являющимися вспомогательными зонами: передняя поверхность туловища, головы и шеи. А также названными нами дополнительными зонами: зоны кожи нижних и верхних конечностей, являющиеся вторичными (периферическими) по отношению к (центральной) структурам спинного и головного мозга.





**Рис. 6. Сегментарный уровень вегетативной нервной системы**

Из сказанного выше делаем вывод: многоигольчатое разнометаллическое воздействие желательно и наиболее эффективно на область поверхности кожи над позвоночником справа и слева от позвоночного столба и на заднюю поверхность туловища, головы и шеи.

Само собой разумеется, что выбор наиболее важного участка (зоны, полосы, сегмента) кожи на задней поверхности тела будет зависеть от основного диагноза, патологии, зоны повреждения тех или иных органов, уровня сегментарной иннервации этих органов, соответствующих им кожных метамеров и пр., а также от вида и метода рефлекторного воздействия и других, совместно и раздельно применяемых методов, программ лечения и других условий.

**Вспомогательные зоны.** В связи с тем, что внутренние органы и железы внутренней секреции находятся непосредственно под передней брюшной стенкой, под грудной клеткой, в области шеи, лица, воздействие на них или на отдельные кожные участки (метамеры) в этих зонах с помощью разнометаллоигольчатых аппликаторов способствует регуляции, нормализации, восстановлению, улучшению и активации деятельности этих органов посредством рефлекторно-механического и гальвано-электрического действия аппликаторов на рецепторы соматической, но в большей степени вегетативной нервной системы (Рис.6). Например: воздействие на болезненные участки кожи, зоны отраженной боли, зоны Захарьина-Геда способствуют снятию болей, восстановлению и нормализации функции органов, соответствующим этим зонам. Результат достигается быстрее при использовании вспомогательных зон одновременно с основными и дополнительными зонами.

**Дополнительные зоны:** зоны кожи нижних и верхних конечностей, являющиеся вторичными (периферическими) по отношению к (центральным) структурам спинного и головного мозга. Очень подробно описаны в иглорефлексотерапии. На передне-внутренней поверхности рук и ног имеются зоны «Иньских» (женских — центростремительных — афферентных) групп каналов — меридианов органов, располагающихся на внутренней поверхности рук и ног, и имеющих различные группы точек, отличающихся по назначению (усиливающих «тонирующих» свойств, расслабляющих, успокаивающих «седативных» свойств; укрепляющих, стабилизирующих свойств — точки «пособники»; точки «ло-пункты» — своеобразные «шлюзы», сбрасыватели, перебрасыватели энергии из одного канала-«органа» в другой (например, из «Иньского» в «Янский» канал).

На задне-боковых поверхностях рук и ног имеются зоны «Янских» (мужских центробежных, эфферентных) групп каналов — меридианов органов с аналогичными по назначению группами точек.

Используя для аппликаций и воздействуя на различные группы точек тех или иных каналов меридианов, мы имеем возможность дополнительно регулировать (изменять, усиливать или понижать) деятельность тех или иных органов и систем (общее действие). Таким образом, мы усиливаем работу во время наложения аппликаторов Ляпко на основные и вспомогательные зоны и дополнительно оказываем (местное) лечебное действие на саму зону аппликаций.

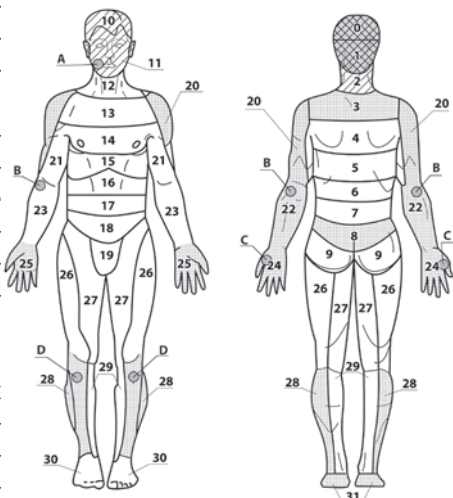
## ГОЛОВНЫЕ БОЛИ, НЕВРАЛГИЯ ТРОЙНИЧНОГО НЕРВА, НЕВРИТ ЛИЦЕВОГО НЕРВА, ЛИЦЕВЫЕ СИМПАТАЛГИИ, НАРУШЕНИЯ СЛУХА, ЗРЕНИЯ, ЗУБНАЯ БОЛЬ, ПРОСТУДНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ.

Рекомендованные зоны (рис. 7) для подбора аппликационного воздействия: основные 0, 1; дополнительные 2, 10, 11; вспомогательные 3, 8, 22, 24, 25, 31 (28), 20

**Общие рекомендации.** На руках вспомогательные зоны лучше брать перекрестно. При любой боли в правой половине лица, например, в точке (т.) **А**: следует воздействовать на саму точку **А**, точку **В** справа, т. **С** слева и т. **Д** справа маленьким аппликатором в течение 7-30 мин.

**Дополнительные рекомендации.** При невралгии тройничного нерва, лицевых симпаталгиях и зубной боли дополнительно применять маленький аппликатор в зонах наибольшей боли на 10-30 мин. и одновременно (2-5 мин.) на симметричные

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 т. **В** на стороне боли или на т. **С** на противоположной руке. При лицевых невритах очень эффективно восстановление с помощью лицевого валика. Лечение начинают со здоровой стороны — 3-5 мин., затем воздействуют на больную сторону в течение 7-10 мин.

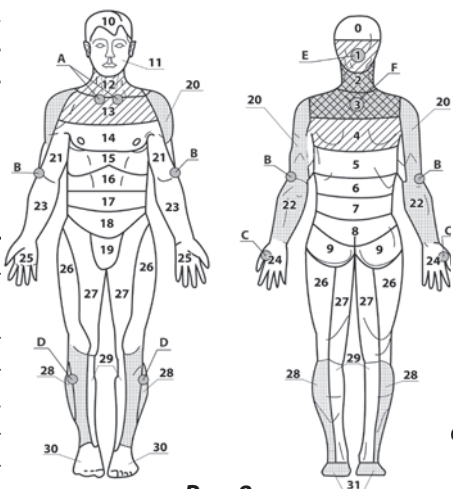


**Рис. 7**

## ФАРИНГИТЫ, ЛАРИНГИТЫ, АНГИНЫ, ПРОСТУДНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ, БОЛЕЗНИ БРОНХОВ И ЛЕГКИХ, НЕВРОЛОГИЧЕСКИЕ СИНДРОМЫ ОСТЕОХОНДРОЗ ШЕЙНОГО И ГРУДНОГО ОТДЕЛОВ ПОЗВОНОЧНИКА, ШЕЙНО-ПЛЕЧЕВАЯ ПЛЕКСАЛГИЯ, АРТРИТЫ, НЕВРИТЫ.

Зоны аппликаций (рис. 8): основные 2, 3; дополнительные 1, 4, 12, 13; вспомогательные 20, 22, 28, 31.

**Общие рекомендации.** Применяя аппликатор, используют основные, дополнительные и зоны максимальной боли, но при очень выраженных болях следует накладывать аппликаторы выше и ниже болевой зоны или использовать точки и зоны



**Рис. 8**

ет

противоположной стороны. Время экспозиции 10-30 мин. При простудах, бронхиальной астме рекомендовано длительно воздействовать маленькими аппликаторами перекрестно. Например, в точку **D** слева, в точку **C** справа, т. **B** слева, в центр точек **A** и **E** или **F** (рис. 8).

Все заболевания органов дыхания, особенно аллергического характера, нуждаются в коррекции дыхания. Необходимо регулировать дыхание в сторону уменьшения его интенсивности, сдерживая его (дыхание должно быть бесшумным, невидимым). Для этого наиболее подходят метод К.П. Бутейко, пранаямы 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 ( $\text{CO}_2$ ) до нормальных величин около 6,5% в составе крови. Эта концентрация  $\text{CO}_2$  поддерживается в крови здоровых людей, и только при таких условиях кислород воздуха ( $\text{O}_2$ ) полностью доставляется всем тканям организма. Концентрация  $\text{CO}_2$  6-6,8% по отношению к другим газам в крови — это состояние, которое способствует максимальному выделению биологически активных веществ и приводит к наибольшей жизненной активности всех органов и систем организма человека и надежной защищенности от болезней.

**Дополнительные рекомендации.** При простудных заболеваниях, хронических болезнях бронхов и легких аппликатором пользуются как «горчичником». Лечение всегда завершается аппликацией стоп. Стопы перед аппликацией можно разогреть и увлажнить (обычно при простудах, сопровождающихся высокой температурой, стопы на ощупь холодные и сухие). Для этого 3-7 раз в день воздействовать валиком или аппликатором по 5-10 мин.

Можно поставить ноги на «Стельки плюс» или на любой другой аппликатор, это можно сделать сидя на стуле, одновременно нажимая на иглы аппликаторов стопами. Для закрепления эффекта после применения аппликаторов полезно использовать растирки с кедровым, пихтовым маслом и другими лекарственными травами.

Для снятия приступа бронхиальной астмы следует лечь на аппликатор основной зоной (1, 2, 3) или использовать аппликационный пояс; аппликационный валик или маленьким аппликатором проводить воздействие в области верхних отделов передней поверхности грудной клетки в зонах 12 и 13 в течение 10-20 мин. 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 мин. Можно применить круговое заматывание 2-3 витками ленточного аппликатора («Волшебная лента «Здоровье») с захватом затылочной области, верхней челюсти и верхней губы, дополнительно полезно использовать заднюю и переднюю поверхности шеи, как для аппликационного воздействия отдельными аппликаторами, так и для кругового обматывания ленточными аппликаторами.

Возможна обработка всех этих зон с помощью валика в течение 15-20 мин. Чрезвычайно важно во время процедуры, а также в течение 30-60 мин. максимально сдерживать дыхание (дыхание должно быть невидимое и неслышимое).

При выраженных и стойких болевых синдромах в верхних конечностях целесообразно использовать аппликатор или валик на симметричные зоны противополож-

ной (здоровой) стороны.

### **СТЕНОКАРДИЯ, КАРДИАЛГИИ, ОСТЕОХОНДРОЗ (А ТАКЖЕ РАДИКУЛИТЫ, МИОЗИТЫ, НЕВРАЛГИИ) СРЕДНЕГО И ГРУДНОГО ОТДЕЛОВ ПОЗВОНОЧНИКА, БРОНХИТЫ, МАСТИТЫ, СЛАБАЯ ЛАКТАЦИЯ У КОРМЯЩИХ МАТЕРЕЙ.**

Зоны аппликаций (рис. 9): основная 4; дополнительные 3, 5, 13, 14; вспомогательные 21, 23, 25, 29, 31.

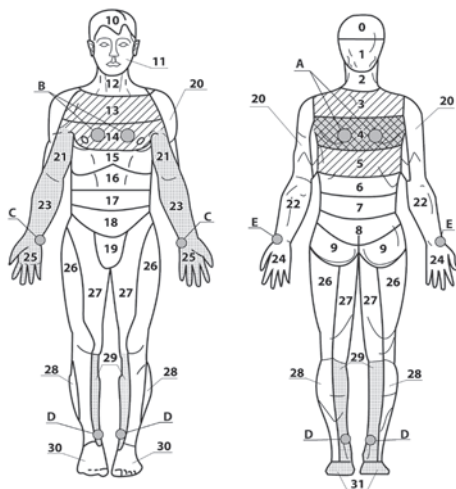
**Общие рекомендации.** Применять аппликаторы на **зоны 3 и 4** в течение 15-20 мин.; маленьким аппликатором кратковременно (2-3 мин.) воздействовать на переднюю поверхность грудной клетки справа или слева (избирательно) и внутренние поверхности запястий попеременно (воздействовать с вибрацией).

**Дополнительные рекомендации.** Кардиалгии (боли в области сердца), как правило, сопровождаются остеохондрозом шейного или грудного отделов позвоночника. Воздействовать 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 (усиления) воздействия в рецептуру необходимо включать симметричные точки и зоны противоположной стороны. Например, зона боли слева — прикладывать справа.

Стенокардия проявляется 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, сначала слева, а затем справа, зону соответствия сердцу на кисти и стопе (Су-Джок-терапия). Можно отыскивать наиболее болезненные и чувствительные зоны, а затем воздействовать (можно интенсивно) на них. Для лечения и профилактики стенокардии аппликаторы применяют на шейный и средний грудной 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, т. **Д** слева и наоборот (при повторной процедуре). 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 мин. 1-3 раза в день. Валиком эту зону можно обрабатывать в течение 5-7 мин. 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 мин. Возможно применение



**Рис. 9**

«Волшебной ленты «Здоровье» путем кругового бинтования **зон 4 и 14**.

Обращаем Ваше внимание на то, что любое локальное уплотнение или необычное образование молочной железы необходимо показать врачу!

### ГИПЕРТОНИЧЕСКАЯ БОЛЕЗНЬ, ГИПОТОНΙΑ, ВОССТАНОВЛЕНИЕ ПОСЛЕ ИНСУЛЬТОВ

Зоны аппликаций (рис. 10): основные 1, 2, 3; дополнительные 0, 4 (14); вспомогательные 7, 25, 28, 29, 31.

**Общие рекомендации.** При артериальной гипертензии (гипертонии) воздействовать на **зоны 1, 2, 3** (рис. 10) длительно, 20-30 мин., постепенно увеличивая площадь воздействия (паравerteбральные точки вдоль позвоночника, крестцовая область, голени, стопы).

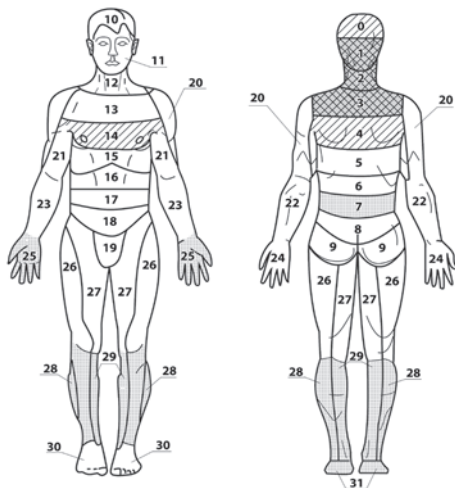
При снижении артериального давления (гипотонии) воздействовать на ограниченную площадь **зон 1, 2, 3** короткое время — 5-10 мин.

Артериальная гипертензия и гипотензия могут сопровождаться или сочетаться с синдромами остеохондроза шейного отдела позвоночника. Если в области затылка, головы, шеи есть зоны или точки выраженной боли, на них следует воздействовать аппликатором в течение 20-30 мин. или фиксировать маленькие аппликаторы на 30-60 мин.

С целью реабилитации больных после перенесенного инсульта аппликаторы применяют на все отделы позвоночника, на конечности, область головы и шеи. Начинать сеанс необходимо со здоровой стороны, обязательно завершая процедуру воздействием на стопы (сидя или стоя). Лечение проводить с учетом артериального давления пациента.

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

Если при гипертонии воздействие на один только верхний отдел позвоночника неэффективно, необходимо короткое время (7-10 мин.) воздействовать также на крестцовую зону, зону надпочечников и завершить сеанс 3-5-минутной аппликацией стоп. Для усиления оттока крови от головы и более эффективного снижения артериального давления завершить сеанс аппликациями на икроножные мышцы и стопы (валик 2-5 мин., аппликатор 5-10 мин.). В случае гипотонии берутся те же зоны, в том же порядке, но на короткое время (3-5 мин.) до появления бодрости, повышения общего тонуса и нормализации артериального давления. Повышает эффективность лечения



**Рис. 10**

гипертонии и гипотонии регулирование дыхания в сторону его сдерживания и замедления по методу К. П. Бутейко, а также асаны и пранаямы с задержкой дыхания из системы йоги и др.

Чрезвычайно важно в течение всего времени суток (месяц и более) контролировать дыхание в «сторону» его сдерживания, а в ночное время спать в «дыхательной пирамиде» или под одеялом.

При высоком давлении (гипертонии) аппликатор Ляпко рекомендуется применять параллельно с медикаментозным лечением, контролируя артериальное давление.

### **ЗАБОЛЕВАНИЯ ПИЩЕВОДА, ЖЕЛУДКА, ПЕЧЕНИ, ЖЕЛЧНОГО ПУЗЫРЯ; НЕВРОЛОГИЧЕСКИЕ СИНДРОМЫ ОСТЕОХОНДРОЗА НИЖНЕГРУДНОГО ОТДЕЛА ПОЗВОНОЧНИКА (А ТАКЖЕ МИОЗИТЫ, РАДИКУЛИТЫ В ЭТОМ ОТДЕЛЕ), ОЖИРЕНИЕ**

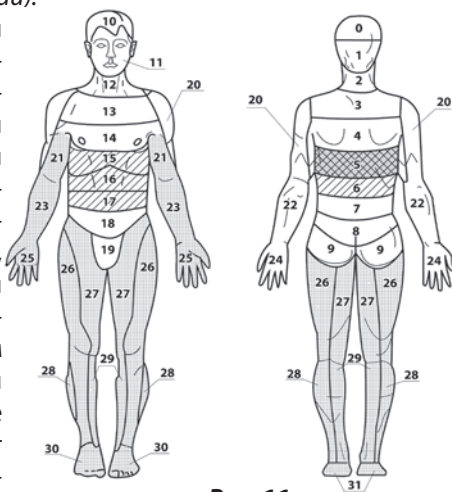
Зоны аппликаций (рис. 11): основные 5; дополнительные 6, 15, 16, 17; вспомогательные 21, 23, (25), (28), 29, 30, 31 (26 при ожирении).

**Общие рекомендации.** При патологии желчевыводящих путей, пищевода, желудка, сопровождающихся снижением аппетита, пониженным питанием, дискинезиями и другими симптомами функциональной недостаточности пищеварительной системы, рекомендуется воздействие аппликатором или валиком на зоны живота, спины, поясницы после еды с целью активизации и стимуляции ферментных систем и улучшения усвояемости пищи. При избыточном весе воздействие чаще проводится до еды (на голодный желудок). Такое применение аппликатора снижает аппетит, уменьшает количество потребляемой пищи 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** (рис. 11), дополнительно на наружную поверхность **зон 26-28** (область коленного сустава и наружной лодыжки), а также воздействие на **зону 22**, вверх по локтевой стороне. При выраженных обострениях не применять аппликатор на зоны максимальной боли, а использовать прилегающие к ним зоны, например, выше или ниже.

**Дополнительные рекомендации.** При хронических гепатохолециститах, дискинезиях желчного пузыря аппликатор можно применять как «грелку» на область правого подреберья.

При патологии печени, секреторной недостаточности желудка, поджелудочной железы — воздействие кратковременное 5-7 мин.; на болевые точки **зон 15-16** (зона эпигастрия) и **зоны 5-6** воздействовать до появления ощущений тепла, расслабле-



**Рис. 11**

ния и исчезновения боли.

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

При избытке веса (ожирении), целлюлите — воздействие на большие поверхности туловища, живота и ног. Аппликации на зоны 5, 6, 7, 8 (15-20 мин.), желательны до еды и дополнительно — зоны 15, 16, 17, 18. Критерий завершения воздействия — появление ощущения тепла в желудке.

При патологии внутренних органов, сопровождающейся ожирением, использовать аппликатор на зоны голеней, бедер — **зоны 27-29**, предплечья и плеча — **зоны 21-23**.

Для устранения избыточной жировой клетчатки на отдельных участках необходимо дополнительно воздействовать валиком в течение 3-5 минут на каждую из перечисленных зон до появления стойкой гиперемии и ощущения приятного тепла.

При явлениях целлюлита, после применения аппликационного валика (5-7 мин.) рекомендовано втереть в эти зоны антицеллюлитные кремы, гели и снова обработать зоны валиком в течение 2-3 мин. Обязательно включать в рецептуру воздействия аппликаторами или валиками на зоны 5-6, 2-3 раза в день.

При ожирении (дополнительное использование **зон 26, 27, 7, 8, 9, 16, 17, 18**, допустимы и другие варианты), длительное круговое обматывание ленточными аппликаторами (25-40 мин. и более) или обкатывание валиком в течение 20-30 мин. и более. Эти мероприятия усиливают обменные процессы, способствуют сжиганию избыточной жировой ткани не только подкожно жировой клетчатки, но и холестерина (холестериновых бляшек) в сосудах. Эффективность и результативность значительно (особенно по времени) выше при одновременном включении эндогенного дыхания, включающего процессы сгорания излишних жиров путем ограничения поступления в организм внешнего кислорода воздуха с помощью «Дыхательной пирамиды» Ляпко (другие способы: длительная задержка (управление дыханием) в течение 3-5 часов по методу К. П. Бутейко, сон, укрывшись 2-3 одеялами с головой, и другие методы управления дыханием). Это позволяет активизировать кислород, находящийся в жировой ткани и включить механизм сгорания этого эндогенного (внутреннего) кислорода вместе с жировой тканью с небольшим количеством внешнего, экзогенного (вдыхаемого с воздухом) кислорода.

Это возможно только лишь в том случае, если мы, задерживая (уменьшая) дыхание или препятствуя потери  $\text{CO}_2$  (с помощью дыхательной пирамиды, дыхательного скафандра, перфорированного мешка, резервуара воздуха вокруг головы и туловища при укрытии 2-3 одеялами без щелей) сохраняем наш внутренний, чрезвычайно полезный нам углекислый газ во вдыхаемом воздухе в концентрации 0,5-3% (вместо обычных 0,03-0,1%), что, соответственно, позволяет поддерживать концентрации  $\text{CO}_2$  6-6,8% в артериальной крови так, как у здорового человека.

## **ЯЗВЕННАЯ БОЛЕЗНЬ ЖЕЛУДКА И ДВЕНАДЦАТИПЕРСТНОЙ КИШКИ, ЗАБОЛЕВАНИЯ ТОНКОГО КИШЕЧНИКА, ПОЧЕК, ПОЧЕЧНАЯ КОЛИКА.**

*Зоны аппликаций (рис. 12): основные 6, 7; дополнительные 5, 8, 17, 18; вспомогательные 23, 27, 29, 31 (1, 2).*

**Общие рекомендации.** Язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки



чаще сопровождается гиперсекрецией желудочного сока. Воздействие аппликатора длительное — 20-30 мин. Если болевой синдром выражен, аппликатор прикладывают на область спины выше и ниже проекции болей. На зоны 17-18 можно фиксировать маленькие аппликаторы или аппликационные пояса, аппликационные ленты на 30-40 мин. Можно обрабатывать эти зоны валиком 10-15 мин. и более.

Главное условие — переход к комфортным ощущениям, исчезновение болей. Если боль сохраняется — использовать отдаленные зоны: стопы, внутреннюю поверхность зон 29 (лодыжки) и зоны 23-25 (кисти). Иногда эффективна обработка шеи, затылка (зоны 1-2). Главное условие — переход к комфортным ощущениям, исчезновение болей. Если боль сохраняется — использовать отдаленные зоны: стопы, внутреннюю поверхность зон 29 (лодыжки) и зоны 23-25 (кисти). Иногда эффективна обработка шеи, затылка (зоны 1-2). Главное условие — переход к комфортным ощущениям, исчезновение болей. Если боль сохраняется — использовать отдаленные зоны: стопы, внутреннюю поверхность зон 29 (лодыжки) и зоны 23-25 (кисти). Иногда эффективна обработка шеи, затылка (зоны 1-2).

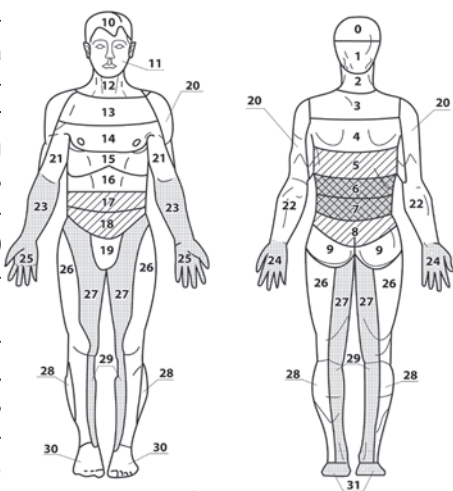


Рис. 12

### НЕВРОЛОГИЧЕСКИЕ СИМПТОМЫ ОСТЕОХОНДРОЗА ГРУДНОГО И ПОЯСНИЧНОГО ОТДЕЛОВ ПОЗВОНОЧНИКА, МИОЗИТЫ, РАДИКУЛИТЫ, АРТРИТЫ И АРТРОЗЫ СУСТАВОВ ВЕРХНИХ КОНЕЧНОСТЕЙ

Зоны аппликаций (рис. 13): основные 6, 7; дополнительные 8, 17, 18, 27; вспомогательные 22, 26, 28, 30, 31.

**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 шеи, спины, поясницы и таза. При болях в грудном и поясничном отделах позвоночника аппликаторы используют 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

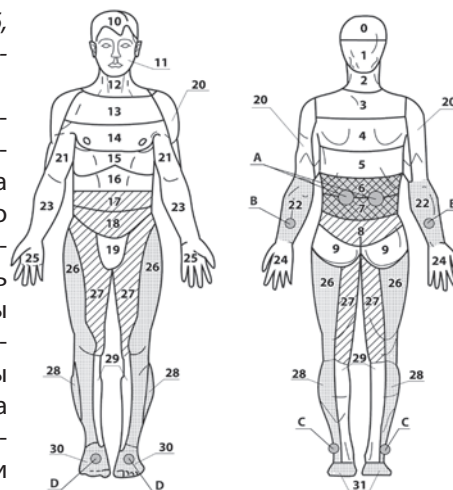


Рис. 13

песком. При выраженной боли, например, в точке А справа, рекомендуется дополнительная обработка валиком, втирание обладающих разогревающим, обезболивающим эффектом кремов, природного, растительного происхождения, а затем ношение маленьких аппликаторов зафиксированными, например, в точке А справа, в т. В слева, в т. С справа, в т. D слева или справа (рис. 13).

**Дополнительные рекомендации.** При неврологических симптомах остеохондроза грудного и поясничного отделов позвоночника наиболее эффективным является комплексное лечение. Так, металлоапликацию указанных зон и точек рекомендуется сочетать с применением кремов, с обычным массажем или массажем с помощью массажера «Фараон». Дополнительно можно проводить обработку болевых и прилегающих зон с помощью аппликационного валика, а также длительно носить маленькие аппликаторы в точках максимальной боли (поясничная обл., по ходу седалищного нерва) — зоны 26-28, 7, 8. Возможно кратковременное воздействие на симметричные зоны здоровой стороны. На вышеуказанные зоны можно применять аппликационные пояса, «Волшебную ленту «Здоровье».

При отсутствии противопоказаний, целесообразно сочетать аппликацию с сеансами мануальной терапии у специалиста, владеющего этим методом.

При артритах, артрозах верхних конечностей рекомендуется бинтование «Волшебной лентой «Здоровье» на 10-15 мин. области воспаленных суставов; дополнительно можно использовать зоны противоположной стороны.

Хронические радикулиты с затянувшимся обострением и выпадением функций предполагают лечение длительное, в течение нескольких месяцев, по 3 курса, с перерывами на 1-2 недели. После аппликаций рекомендовано использование мазей, обладающих разогревающим, обезболивающим эффектом.

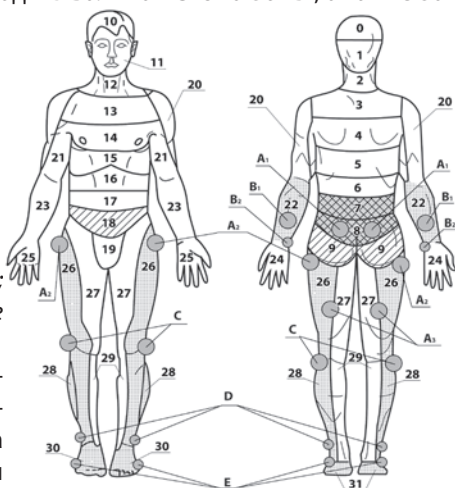
Многоигольчатая терапия аппликаторами Ляпко хорошо сочетается практически со всеми видами физиотерапевтического лечения.

При наличии зон онемения хорошо проходить валиком **5-6-ю зоны**, а также зоны рук, ног, шеи.

### НЕВРОЛОГИЧЕСКИЕ СИМПТОМЫ ОСТЕОХОНДРОЗА ПОЯСНИЧНО- КРЕСТЦОВОГО ОТДЕЛА ПОЗВОНОЧНИКА (А ТАКЖЕ РАДИКУЛИТЫ, МИОЗИТЫ В ЭТОМ ОТДЕЛЕ).

Зоны аппликаций (рис. 14): основные 7, 8; дополнительные 9, 18; вспомогательные 22, 26, 28, 30, 31.

**Общие рекомендации.** При неврологических симптомах остеохондроза пояснично-крестцового отдела позвоночника на правильно уложенные аппликаторы ложатся поясницей и располагают аппликаторы вдоль всего позвоночника. При хо-



**Рис. 14**

рошей переносимости аппликаторы можно располагать по всей площади спины, поясницы и таза. Например, при выраженных, затянувшихся болях слева в точках **A1, A2** или **A3** (рис. 14) в первые дни не рекомендуется воздействовать на эти точки; целесообразно воздействовать на противоположные или другие, нижележащие зоны: вначале проводим аппликацию в точках **A1, A2, A3 + C** справа, а через 2-3 дня воздействуем на все зоны 20-40 мин. с помощью аппликатора и 10-15 мин. с помощью валика.

В промежутках между сеансами хороший эффект может дать ношение в течение 1-3 часов маленьких аппликаторов в точках **A1, A2, A3** слева, **B1** справа, **B1** слева, **D** справа, **E** слева (рис. 14). Для этого использовать пояс с динамическими аппликаторами или аппликатор «Краплинка» на пояске.

**Запомните!** Хороший лечебный эффект достигается только при правильном выполнении рекомендаций и индивидуальном подборе зон и методов воздействия.

При хроническом течении и для профилактики остеохондроза пояснично-грудного, пояснично-крестцового отделов позвоночника рекомендовано ношение маленьких аппликаторов и аппликационных поясов в местах наибольших болей (поясница, седалищный нерв) — **зоны 26-28, 7-8**.

При ишиорадикулитах 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 используют на поясничный отдел, крестцово-ягодичную область — **зоны 7, 8, 9** (рис. 14) на 15-30 мин. Усилить эффект можно, одновременно положив аппликатор под голени. Завершить сеанс лучше аппликацией стоп (5-10 минут), используя «Стельки плюс».

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

## ПЯТОЧНАЯ ШПОРА

Пяточная шпора — один из симптомов проявления пояснично-крестцового остеохондроза позвоночника и врожденной или приобретенной патологии, связанной с подвывихом или неправильным формированием взаимоотношений сустава со стопой, которые всегда связаны со структурно- функциональными особенностями пояснично-крестцового отдела позвоночника и корешков, проходящих в этих зонах. Поэтому сразу нужно воздействовать на область поясницы аппликатором или поясом «Малыш», время воздействия — 12-25 мин. до ощущения приятного тепла.

**1-я процедура:** начинать надо с прокатывания области пятки валиком (если беспокоит сильная боль, можно валиком лицевым или универсальным), поворачивая стопу вправо, влево, время 3-5 мин., для того, чтобы пятка «привыкла» к аппликатору, затем обкатывают всю стопу, время 5-7 мин. После процедур возможно длительное

(20-60 мин.) прибинтовывание маленького аппликатора или ношение пояса с аппликатором в зоне наибольшей боли.

**2-я процедура:** начинать всегда все последующие процедуры с пятки, переходя на стопу, постепенно увеличивая время воздействия с каждой процедурой, доводя постепенно до 30 минут.

В следующих процедурах постепенно пробуют воздействовать на аппликатор стоя с небольшим нажимом.

После первого сеанса, чаще после третьего боль в пятке усиливается — бояться не надо — это естественная саногенетическая (оздоровительная) реакция организма.

Курс лечения 7-9-12 процедур до уменьшения болевых ощущений, лечение можно повторить через 2-4 недели.

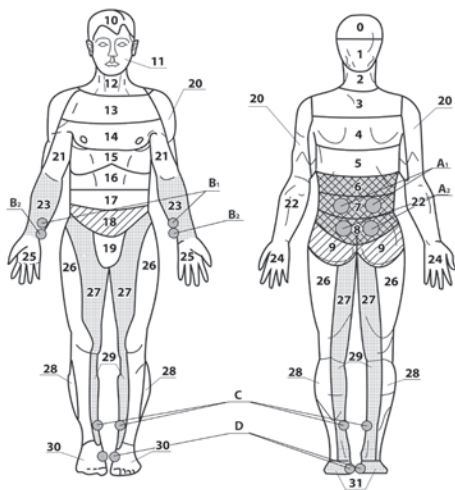
### **МОЧЕКАМЕННАЯ БОЛЕЗНЬ, ПОЧЕЧНАЯ КОЛИКА, КОЛИТЫ, ЗАПОРЫ, ПОМОЩЬ В СОХРАНЕНИИ БЕРЕМЕННОСТИ (МЯГКОЕ ВОЗДЕЙСТВИЕ)**

*Зоны аппликаций (рис. 15): 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. 15) с одновременным воздействием с помощью маленького аппликатора или валика на область живота, зоны 18, 17, 16. При колитах, дискинезиях кишечника, запорах начинать воздействие с тех зон, которые наиболее быстро помогают достичь лечебного эффекта (16,17,18) — снятия болевого синдрома, устранения вздутия и напряжения кишечника, нормализации перистальтики и стула. Рекомендуется длительное ношение «Волшебной ленты «Здоровье» с дополнительными периодическими надавливаниями, прижимами, прожимами с помощью рук аппликаторов к телу в течение 15-30 мин.

**Дополнительные рекомендации.** При мочекаменной болезни, почечной колике на аппликатор можно положить горячую грелку, на **зоны 6-7**, воздействуя при этом валиком по ходу иррадиации болей на переднюю поверхность живота до их исчезновения. Дополнительно — обработать внутренние поверхности голеней и бедер.

После оперативного вмешательства для ускорения заживления и восстановления функции кишечника рекомендуется использовать аппликаторы выше и ниже места операции (прижав их мешочками с песком), одновременно или предварительно проведя аппликацию на соответствующую зону спины, поясницы или крестца. Также можно использовать «Волшебную ленту «Здоровье». При отсутствии противопо-



**Рис. 15**

казаний, для еще более эффективного «включения» кишечника можно полежать на аппликаторе всем животом или соответствующей зоной живота 15-20 мин. (так же поступают при запорах, дискинезии и атонии кишечника).

Во всех перечисленных случаях можно использовать маленькие аппликаторы на зоны внутренних поверхностей голеней, бедер (например, **т. А, В, С, D**).

Для сохранения беременности, а также для улучшения условий ее развития рекомендуется применение аппликаторов с мелким шагом игл (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 мин., кисти и стопы — 3-5 мин.

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 пленку на 10-15 мин. Рекомендовано легкое, щекощущее воздействие на область живота с помощью валика, устраняющее боль и снимающее спазмы мышц живота и матки.

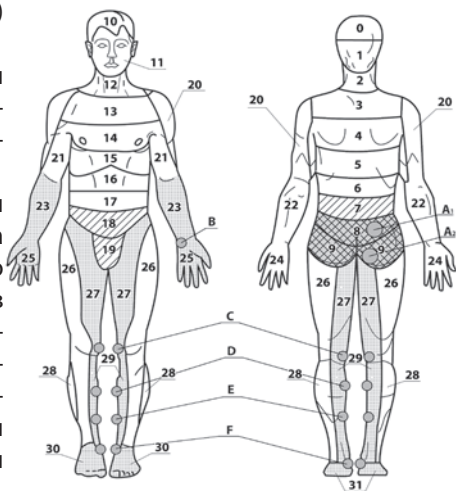
## **ЗАБОЛЕВАНИЯ ОРГАНОВ МАЛОГО ТАЗА, ВОСПАЛЕНИЕ МАТКИ И ПРИДАТКОВ, ЦИСТИТЫ, УРЕТРИТЫ, ПРОСТАТИТЫ, СИГМОИДИТЫ, ГЕМОРРОЙ, ТРЕЩИНЫ АНУСА, ИМПОТЕНЦИЯ, ФРИГИДНОСТЬ, НОЧНОЙ ЭНУРЕЗ.**

*Зоны аппликаций (рис. 16): основные 8, 9; дополнительные 7, 18, 19; вспомогательные 27, 29, 30, 31, (23, 25).*

**Общие рекомендации.** Эффективно сочетание статических аппликаторов с валиками или маленькими аппликаторами (рис. 16) в области нижних отделов живота, а также длительного ношения (от 1 до 3 часов) в точках **А-Ф** в различных сочетаниях.

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

**Дополнительные рекомендации.** При нарушении функций органов малого таза для стимуляции мочеиспускания или его нормализации аппликаторы используют в течение 10-20 мин. на пояснично-крестцовую и ягодичную область (зоны 7, 8, 9). Усиливается эффект одновременной или последующей аппликацией на область проекции мочевого пузыря 5-10 мин. или обработкой зоны валиком — 3-5 мин. Можно использовать аппликационные пояса, «Волшебную



**Рис. 16**

ленту «Здоровье», «Ромашку М». 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 простатитах и аденоме простаты необходимо дополнительно воздействовать маленьким аппликатором на зону промежности (между анальным отверстием и мошонкой) 5-15 мин. В дальнейшем, этот аппликатор должен применяться только для этой зоны. Для лечения ночного энуреза у детей основные зоны воздействия — это низ живота, крестцово-ягодичная область, внутренняя поверхность голени, бедер. Воздействие с помощью аппликатора 10-15 мин., валика 5-7 мин.

## АЛЛЕРГИЯ, НЕЙРОДЕРМИТ, КОЖНЫЙ ЗУД

Зоны аппликаций (рис. 17): основные 3, 5; дополнительные 6, 12, 15; вспомогательные 22, 28, 30, 31.

**Общие рекомендации.** При вышеуказанной патологии в точках **А-О** 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 задних наружных поверхностей рук и ног. Можно использовать передвижные аппликаторы «Краплинка» на поясах, маленькие «Волшебные ленты «Здоровье» 3-х сегментные или др. На следующий день использовать точки груди, живота с точками передних внутренних поверхностей рук и ног.

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

## ТРАВМЫ И ПЕРЕЛОМЫ ВЕРХНИХ КОНЕЧНОСТЕЙ, БОЛЕЗНЬ РЕЙНО.

Зоны аппликаций (рис. 18): основные 2, 3; дополнительные 4, 13; вспомогательные 20, 22, 24, (28, 30).

**Общие рекомендации.** При переломах воздействуют на все свободные поверхности рук выше и ниже места перелома (гипсовой повязки). Воздействие может

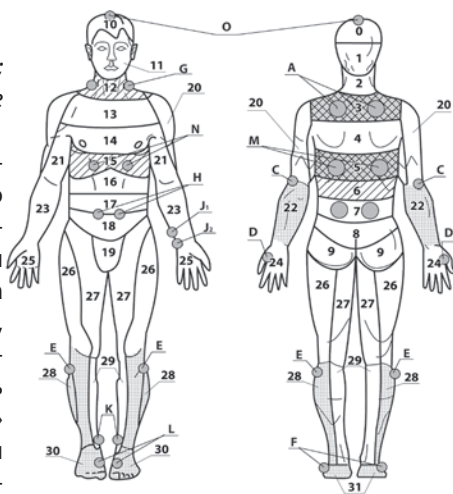


Рис. 17

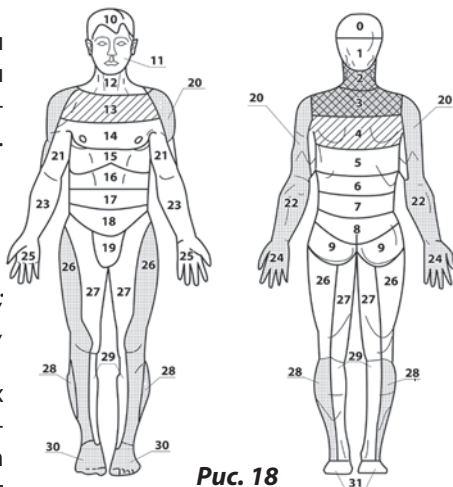


Рис. 18

проводиться как аппликатором «Волшебная лента «Здоровье», 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 мин. на шейно-воротниковую зону и на больную руку, 5-7 мин. 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 (Су Джок терапия).

При обнаружении с помощью лицевого или универсального валика болевых зон и зон необычной чувствительности, на них следует фиксировать маленькие аппликаторы на 1-2 часа. Стимулируют и ускоряют процессы заживления и образования костной мозоли аппликаторы с повышенным содержанием медных и цинковых игл.

**При болезни Рейно** воздействовать аппликаторами на шейно-грудной отдел позвоночника (основные **зоны 2, 3**; дополнительные **4, 13**; вспомогательные **20, 22, 24, 28, 30**).

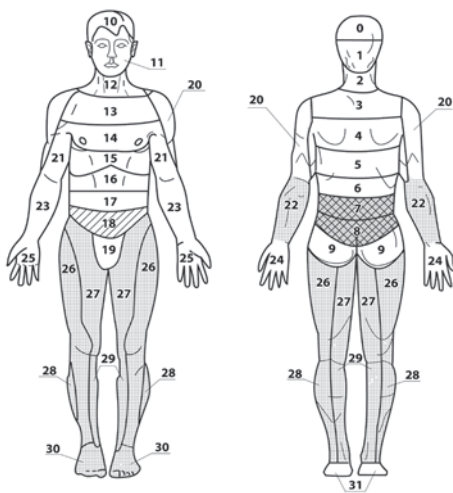
Используя аппликаторы, можно прокатывать легко валиком вдоль позвоночника, по рукам, также обматывать руки «Волшебной лентой «Здоровье». Время воздействия — 15-30 мин.

Также необходимо регулировать дыхание в сторону уменьшения его интенсивности, сдерживая его (дыхание должно быть бесшумным, невидимым).

## ТРАВМЫ И ПЕРЕЛОМЫ НИЖНИХ КОНЕЧНОСТЕЙ

Зоны аппликаций (рис. 19): основные 7, 8; дополнительные 18; вспомогательные 26, 28, 30, (22, 27, 29).

**Общие рекомендации.** При переломах воздействуют на все свободные поверхности выше и ниже места перелома (исключая гипсовую повязку). Обработка может проводиться как аппликатором, так и валиком. Также возможно использование различных динамических аппликаторов — поясов, лент, зафиксированных на необходимых для воздействия зонах, на более длительное время от 30 до 60 мин. 2-3 раза в день. Длительность воздействия на стороне перелома в 2 раза больше, чем на здоровой ноге. Например, воздействуем в течение 15-20 мин. статическими аппликаторами на пояснично-крестцовую зону и на больную ногу, симметрично — на здоровую ногу 5-7 мин. Та же методика при травмах.



**Рис. 19**

**Дополнительные рекомендации.** Для лечения травм, переломов аппликатор помещают на отдел позвоночника, соответствующий сегментарной иннервации поврежденной конечности на 15-30 мин., а затем выше или ниже места перелома на

15-30 мин.

Если в зоне травмы нет повреждения кожных покровов, то и на нее воздействуют 15-20 мин. аппликатором или 10-15 мин. валиком. Для усиления эффекта аппликатором или валиком периодически, по 3-5 мин., раздражают на здоровой конечности зону, симметричную месту перелома на больной конечности.

## САХАРНЫЙ ДИАБЕТ

Зоны аппликаций (рис. 20): основные 5, 6; дополнительные 16, 17; вспомогательные 1, 2, 23, 29, 31.

**Общие рекомендации.** Помимо указанных зон применения аппликаторов и валиков, довольно эффективным является длительная фиксация (30-60 мин.) маленьких аппликаторов в точках **A, B, C, D** поочередно, перекрестно, чередуя через день стопы, используя аппликаторы Краплинка на передвижных поясах.

Например, **A1, A2** справа, **B** справа, **C** справа, **D** слева, а на следующий день — наоборот.

**Дополнительные рекомендации.** Очень важно избегать травматизма кожи. Поэтому шаг иглы должен быть меньше (3,5-4,9 мм или можно стельки, так как на них есть еще дополнительные ограничительные валики).

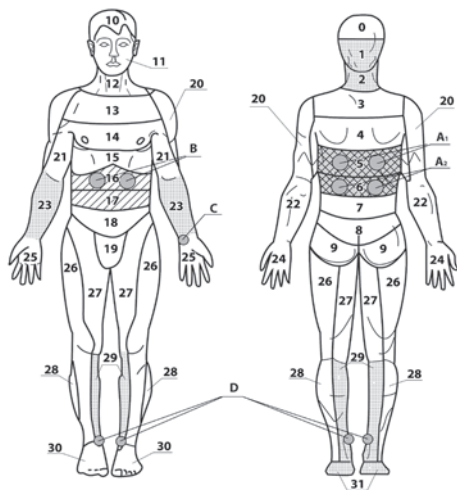
На спину ложиться не надо, укладка проводится лежа на животе с использованием сложенной вдвое марлевой прокладки, смоченной водой или анальгином для усиления эффекта гальванизации.

Ощущения должны быть комфортными, безболезненными, время приложения не более 20-30 минут, на спину следует положить мешочек с песком.

Обязательно раскатывать валиком стопы, ноги (у многих полиневропатия нижних конечностей) тоже через ткань, хорошо использовать стельки через ткань, сидя, избегать травматизма.

При сахарном диабете легкой степени многоигольчатая терапия реально стабилизирует уровень глюкозы в крови.

При инсулинозависимых формах аппликация хорошо дополняет инсулинотерапию, при этом возможно снижение доз инсулина под контролем уровня глюкозы в крови и после консультации врача.



**Рис. 20**



## УАЛ «РОМАШКА-М»

Универсальный и многофункциональный. Его отличительными особенностями являются: необычная форма, большая площадь воздействия, наличие «подвижных лепестков», которые позволяют повторять рельеф любого участка тела. Кроме этого разрезав (разделив) УАЛ «Ромашка-М» по указанным линиям, можно получить сегменты для всевозможных вариантов укладок и фиксации на различные труднодоступные участки тела.

В отверстия на отдельных сегментах пропускается фиксирующая шнуровка для соединения лепестков и придания им необходимой формы. По краям лепестков есть отверстия для продевания резинок с застежками (фастексами), которые позволяют зафиксировать устройство и регулировать силу прижима. Интенсивность воздействия выбирается пациентом индивидуально по необходимости.

Разрезанную на сегменты «Ромашку М» можно соединить и вернуть ему первоначальный вид при помощи шнуровки.

Наличие нескольких модификаций обеспечивает повышенную лечебную эффективность аппликатора и расширяет возможности его применения.

УАЛ «Ромашка-М» может применяться: на голову в виде «шапочки» (при головных болях, проблемах с ростом волос), на шейно-воротниковую зону с захватом области затылка, на спину, плечевой пояс, грудную клетку, зоны позвоночника, пояснично-крестцовую область, на область живота, ягодиц, промежности (при заболеваниях органов малого таза, воспалении матки и придатков, при циститах, уретритах, простатите, сигмоидите, геморрое, трещинах ануса, импотенции, фригидности, ночном энурезе) и на любые другие участки тела.

«Ромашка-М» с успехом может применяться на крупные суставы, поскольку, повторяя форму тела, максимально соприкасается с кожей, также возможно использование на стопы (в положении сидя). Фиксация аппликатора при помощи резинки или эластичного бинта на зоны крупных суставов, грудной клетки, поясницы, живота позволяет совершать активные движения во время сеанса, не повреждая кожные покровы.

- для купирования острых сильных болей, повышения артериального давления (при гипотонии), общего жизненного тонуса и работоспособности — 7-10 мин.;
- для снятия длительных хронических болей, расслабления, снижения артериального давления при артериальной гипертензии, достижения снотворного эффекта — 15-30 мин. и более

Для выбора рефлекторных зон воздействия необходимо руководствоваться выше-



изложенными схемами.

При использовании аппликатора «Ромашка-М» на зону волосистой части головы, например, для снятия головной боли, обязательно производить контроль артериального давления до и после процедуры.

У пациентов с повышенным артериальным давлением длительность воздействия составляет 15-30 мин.; у гипотоников — не должна превышать 7-10 мин.

## АППЛИКАТОР-ПОЯС

**Оздоровление в движении —  
двойной эффект!**

### УАЛ пояс «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, зону отраженной боли, на зону иррадиации боли или зону проекции больного органа, зону расположения биологически активных точек и меридианов. С учетом предложенных схем, воздействие можно производить на основные, дополнительные и вспомогательные зоны поочередно, попеременно или избирательно.

Фиксаторы обеспечивают равномерный прижим аппликатора к поверхности тела и дают возможность двигаться, продолжать начатое дело и в то же время получать лечение. Фиксировать аппликатор можно самостоятельно, без посторонней помощи — легко, быстро, надежно и на любых участках туловища, конечностей, суставов. Для этого предусмотрена регулировка длины пояса.

Продолжительность сеанса зависит от того, какой вид воздействия необходим:

- тонизирование — 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 — от 30 мин. до 2 ч.



## «ВОЛШЕБНАЯ ЛЕНТА «ЗДОРОВЬЕ»

Это очень эластичная и щадящая кожу лента с закрепленными «сотами» игл. Обмотку лентой можно производить как под наблюдением врача, так и самостоятельно

в домашних условиях. Увеличенная площадь покрытия оказывает уникальное оздоровительное действие на организм в процессе оздоровления практически всех акупунктурных точек обрабатываемой зоны. После обматывания аппликатором возникает ощущение легкости, тепла, расслабления, с полным восстановлением сил и энергии организма. Интенсивность прижима игл ленты к кожному покрову регулируется в процессе обмотки. Благодаря этим свойствам гораздо легче достичь результатов в лечении и профилактике различных заболеваний: при болях в позвоночнике, суставах, мышцах, головных болях.



- В спорте, за счет полного аппликационного воздействия на всю поверхность зоны, позволяет быстрее восстанавливаться после физических нагрузок.
- Повышает силовую и скоростную выносливость спортсменов.
- Обеспечивает ускоренное восстановление (после травм, растяжения мышц, переломов, хирургических операций) за счет значительного ускорения биохимических, окислительно-восстановительных процессов в организме.
- Повышает в 2-3 раза эффективность массажа, мануальной терапии
- Увеличивает работоспособность организма. Снимает чувство тяжести, скованность в руках в ногах.
- Помогает в комплексном лечении варикозной болезни нижних конечностей

**Продолжительность аппликационного сеанса зависит от выбранного вида воздействия:**

- тонизирование — от 7 до 10 мин.;
- успокаивающий эффект, помощь при хронических заболеваниях — 20 мин.;
- снятие острой боли — от 10 до 30 минут;
- повышение работоспособности, выносливости организма — от 8 до 12 мин.;
- восстановление после тренировок, игр — от 15 до 30 мин.;
- восстановление после травм, операций и т.д. — заматывания производить 2-3 раза в день на 2-10 мин. выше или ниже зоны повреждения. Если имеется доступ и сохранена целостность кожи, обрабатывается и сама зона повреждения. При травмах рук и ног обязательно обматывать на здоровой конечности зону, симметричную месту повреждения. Желательно одновременно или последовательно воздействовать на зоны позвоночника в области соответствующей иннервации корешков спинномозговых нервов.

Для включения сверхвозможностей, дополнительных адаптационных механизмов, сеанс может быть продлен до 40-60 мин. с дополнительным принудительным огра-

ничением дыхания с помощью волевого усилия или дыхательной пирамиды. После завершения аппликаций желателен кратковременный массаж или втирание масел на основе лечебных трав и других полезных натуральных компонентов.

Упаковка по группам: 1 сегмент: длина примерно 44 мм, ширина 22 мм — одинарная полоса (1 п.), ширина 44 мм — двойная полоса (2 п.), шаг иглы 4,3 мм

- 9-ти сегментная 1 п.+2 п., длина 3,96м
- 9-ти сегментная 1 п.+1 п., длина 3,96 м
- 9-ти сегментная 1 п., длина 3,96 м
- 7-ми сегментная 1 п.+1 п., длина 3,08 м
- 7-ми сегментная 1 п., длина 3,08 м
- 5-ти сегментная 1 п.+2 п., длина 2,2 м
- 5-ти сегментная 1 п.+1 п., длина 2,2 м
- 5-ти сегментная 1 п., длина 2,2 м
- 3-х сегментная 1 п.+1 п., длина 1,32 м
- 3-х сегментная 1 п., длина 1,32 м

## АППЛИКАЦИОННЫЕ ВАЛИКИ

ВАЛИКИ — это аппликаторы Ляпко для динамического применения (“миллионный игольчатый душ”). Терапевтический эффект достигается в несколько раз быстрее, чем при применении статического аппликатора. Гальванический ток, возникающий в коже, на остриях и между иглами носит импульсный характер.

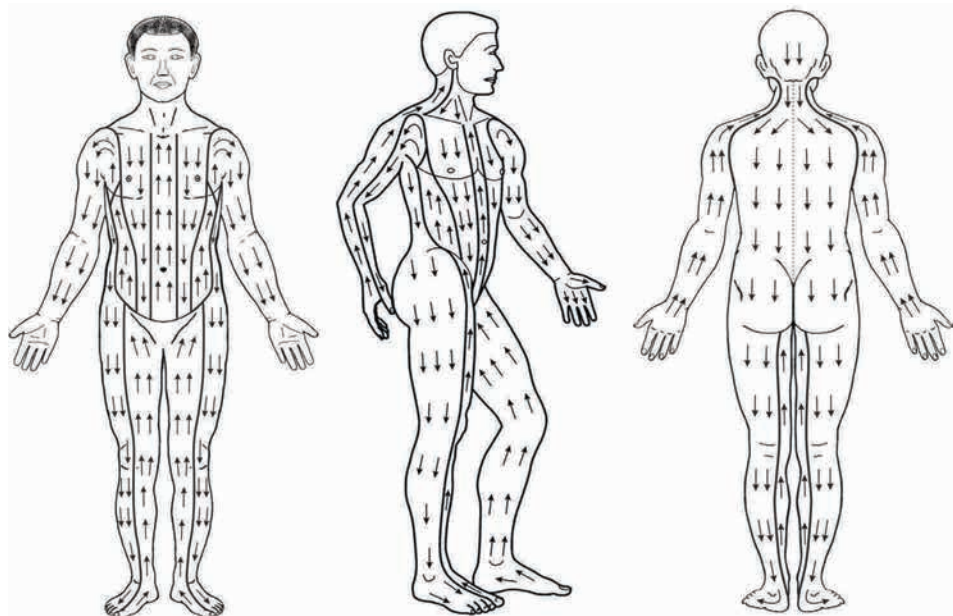
Благодаря сбалансированной и компактной конструкции валики очень эффективны и просты в использовании. Все аппликационные валики снабжены резиновыми втулками, поэтому оказывают мягкое, деликатное воздействие на кожу. Применение валиков усиливает кровообращение, отлично снимает усталость, устраняет напряжение и ломоту в мышцах, повышает жизненный тонус.

После аппликаций с помощью данного аппликатора вы снимите боль, почувствуете себя отдохнувшими и полными сил.

При обработке спины и других труднодоступных участков тела валик требует участия помощника.

Валики рекомендуется применять для лечебного воздействия на любые поверхности тела, особенно те, которые трудно обрабатывать плоским аппликатором (область суставов, шеи, лица и т. д.).





**Рис. 21**

**Методика применения аппликационного валика (а также «Мячика игольчатого») при болевых синдромах.**

1. Обкатывать в произвольном направлении:
  - 1.1. место локализации боли;
  - 1.2. выше и ниже зоны боли.
2. Катать по направлению стрелок, соответствующих ходу энергетических каналов (см. рис. 21):
  - 2.1. зону боли;
  - 2.2. выше и ниже места локализации боли.
3. Воздействовать валиком против хода стрелок.
4. Проводить обкатку валиком по противоположной стороне — симметричной месту болезни.

Например:

Если боль в правой руке, то катаем левую руку.

Если боль в правой ноге – катаем левую ногу.

Если боль в грудной клетке – катаем зону проекции на спине.

Если боль в спине – катаем зону проекции на груди.

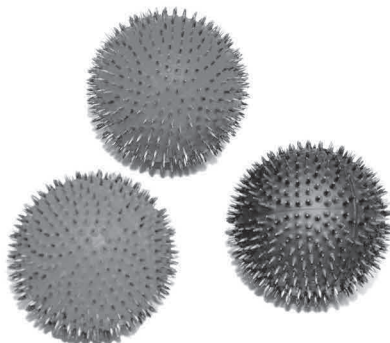
Если боль в пояснице – катаем живот.

Если боль в животе — катаем поясницу.

Использование валиков также эффективно для проведения точной рефлексотерапевтической диагностики — поиска наиболее чувствительных участков кожного покрова, воздействие на которые аппликаторами позволяет достигнуть наибольших результатов.

## «МЯЧИК ИГОЛЬЧАТЫЙ»

Развитие мелкой моторики и тактильной чувствительности — мощный стимул совершенствования восприятия, внимания, мышления, речи, координации, наблюдательности, воображения и памяти (зрительной и двигательной). Существует множество методик, ориентированных на развитие мелкой моторики, которые подразумевают использование дополнительных средств и приборов, один из которых — УАЛ «Мячик игольчатый».



Используют УАЛ «Мячик игольчатый» следующим образом.

При проблемах, связанных с нарушением проводимости нервной системы и психической деятельности, необходимо воздействовать (прокатывать, делать легкие прожимы и прижимы) на ладони и стопы, которые представляют собой зоны проекции всех органов и систем организма человека. Такое локальное воздействие развивает мелкую моторику и тактильную чувствительность конечностей, способствует развитию и восстановлению функций головного мозга у детей и взрослых.

УАЛ «Мячик игольчатый» удобно использовать для «пальчиковой гимнастики», широко используемой детскими психологами, валеологами, логопедами, реабилитологами, невропатологами и дефектологами, т.е. врачами, работающими с детьми, имеющими задержку речи, задержку нервно-мышечного, нервно-психического и психомоторного развития, страдающими ДЦП, заиканием и другими болезнями.

Области применения УАЛ «Мячик игольчатый»:

- при повреждениих суставно-связочного аппарата кистей и стоп для восстановления двигательной функции стоп, кистей и пальцев после травм (например, контрактура Дюпюитрена, после снятия гипса);
- для «разработки» мышечно-суставных контрактур и нормализации движений при аутизме и детском церебральном параличе (ДЦП);
- при черепно-мозговых травмах, инсультах на этапе домашней реабилитации;
- при поражениях периферических нервов;
- при стресс-напряженном состоянии вегетативной нервной системы, преобладании симпатического отдела вегетативной нервной системы (проявлением чего являются холодные руки, онемевшие пальцы);
- для лечения психо-речевых расстройств у детей (в логопедической практике для тренировки тонких движений пальцев);
- для профилактики и ликвидации мышечного пальчикового утомления, подготовки руки к письму, повышения работоспособности, снятия нервного напряжения (проявление нервного напряжения — это холодные руки), как оздоровительная технология в образовании (пальчиковая гимнастика и физминутки в школе);

- для эффективной профилактики запястного (карпального) синдрома (заболевания, возникающее при длительном неправильном положении кисти во время работы с манипулятором типа «мышь» и клавиатурой компьютера);
- для уменьшения психологической тяги к курению и замещения вредной привычки держать сигарету в руках — делать прожимы и прокатывание между ладонями «Мячиком игольчатым»;
- при подготовке рук к игре на музыкальных инструментах. Помогает снять скованность, привести мышцы в тонус, устранить похолодание кончиков пальцев, вызванное волнением, а также снять утомление и боль в предплечье из-за длительных занятий;
- для снятия стресса. При катании мячика стимулируются нервные окончания и многочисленные биологически активные точки, расположенные на ладони. В ней создается приятное расслабляющее ощущение.

Для снятия боли и достижения эффекта торможения (седатирования) «Мячиком игольчатым» воздействуют на зоны болевых или проблемных точек от центра к периферии против часовой стрелки в течение 15-20 мин.

Для получения эффекта стимуляции воздействуют на точки общего спектра действия по часовой стрелке от периферии к центру в течение 7-10 мин.

УАЛ «Мячик игольчатый» является средством усиленного воздействия на зоны болевых и проблемных точек на теле человека.

На зону болевой точки, например, расположенной в пояснично-крестцовом отделе позвоночника в паравертебральной зоне (зона выхода нервного корешка), можно лечь всем телом на «Мячик игольчатый». Для уменьшения давления под противоположную симметричную сторону можно укладывать махровый валик или свернутое полотенце.

Используя зоны спазмированной мускулатуры таким образом можно проводить ортопедическую коррекцию при S-образных сколиозах.

Для получения тонизирующего эффекта воздействуют «Мячиком игольчатым» по ходу движения энергии в канале до появления стойкой гиперемии кожи по ходу меридиана (примерно – 7-10 мин.), а для получения седативного эффекта – против хода движения энергии в канале до стойкой гиперемии кожи (примерно – 10-15 мин.).

Методика применения аппликатора Ляпко «Мячик игольчатый» при болевых синдромах см. стр. 61 рис. 21 раздел «Валики»

### **Скорая помощь**

При возникновении неотложного состояния (потеря сознания) «Мячиком игольчатым» в течении 20 секунд воздействовать быстрыми постукивающими, колющими движениями на кончики пальцев рук и ног, на мочки ушей, а также на кончик носа и верхнюю губу. Сделать паузу 15 сек. и повторить эти действия 2-3 раза. При болевом синдроме приложить УАЛ «Мячик игольчатый» в точку боли или точку соответствия проблеме, согласно имеющимся у Вас схемам расположения точек акупунктуры, прижать и выдержать 5-10-20 минут.

При невралгии тройничного нерва, лицевых симпаталгиях и зубной боли допол-

нительно применять «Мячик игольчатый» в зонах наибольшей боли на 10-30 мин. и кратковременно (2-5 мин.) на симметричные зоны противоположной стороны. Также необходимо воздействие на мочку уха со стороны боли. Для повышения эффективности следует кратковременно (1-2 мин.) воздействовать на мочку уха здоровой стороны. Для снятия боли после экстракции зуба воздействовать на мочку уха.

Кардиалгии (боли в области сердца), как правило, сопровождаются остеохондрозом шейного или грудного отделов позвоночника. Воздействовать нужно на болевые точки в области грудной клетки и паравертебрально вдоль грудного отдела позвоночника, а также в зонах проекции кистей и стоп. С целью потенцирования (усиления) воздействия в рецептуру необходимо включать симметричные точки и зоны противоположной стороны. Например, зона боли слева — прикладывать справа.

### Точки и зоны приложения «Мячика игольчатого», а также «Краплинки», на верхних конечностях при различных заболеваниях и состояниях

1. **Шао-шан (P11)** – относится к активным точкам, используется при неотложных состояниях. Показания: затруднение дыхания, кашель, обморок, кома, ларингит, фарингит, лихорадка, кожные сыпи, зуд.

2. **Юй-цзи (P10)** – показания: кашель, удушье, боль в горле, боль в области груди и спины, повышение температуры тела с головной болью, нарушение сна.

3. **Тай-юань (P9)** – показания: одышка, удушье, сухость во рту, боль в плечевом суставе, межреберная невралгия, пониженное давление, нарушение сна, депрессия, головная боль.

4. **Чжунь-чун (MC9)** – показания: тепловой удар, боль в области сердца, беспокойство, головная боль, астения, нарушение памяти. Расположена в центре кончика среднего пальца кисти, легко доступна, используется при потере сознания.

5. **Хэ-гу (GI 4)** – показания: неврит лицевого нерва, шум в ушах, головная, зубная боли, боль и отек в горле, носовое кровотечение, точка скорой помощи при падении артериального давления (противопоказана при беременности).

6. **Шао-чун (C9)** – показания: сердцебиение, удушье, боль в области сердца, аритмия, нарушение мозгового кровообращения, точка скорой помощи при потере

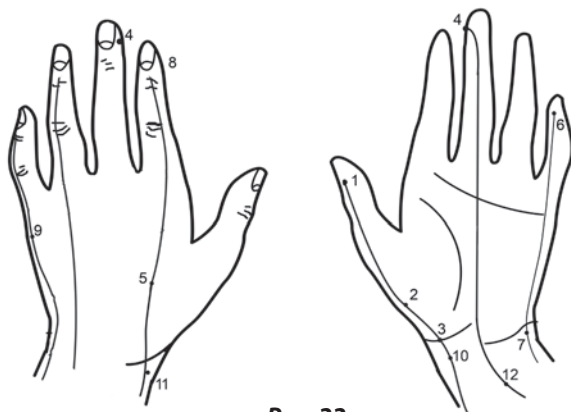


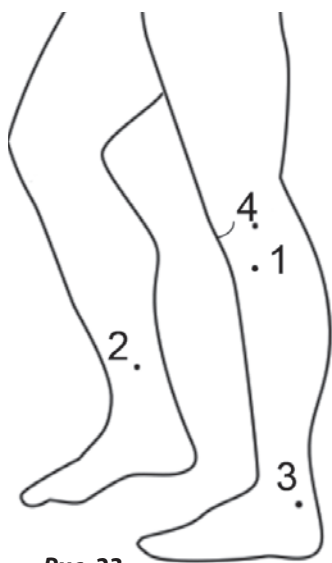
Рис. 22



сознания.

7. **Шень-мэнь (С7)** – показания: одышка, боли в области сердца, бессонница, ухудшение памяти, повышение температуры тела.
8. **Шан-ян (GI 1)** – показания: оказание скорой помощи при обмороке, коме, отеке слизистой оболочки горла; боль в глазах при глаукоме; шум в ушах, глухота; боль в плечевом суставе и спине, онемение пальцев, лихорадочное состояние.
9. **Хоу-си (IG3)** – точка широкого спектра действия. Показания: головная боль в затылке, напряжение мышц в затылке; конъюнктивит; носовое кровотечение, шум в ушах; боли в мышцах плеча; парез верхних конечностей; эпилептиформные судороги.
10. **Ле-цюе (P7)** – точка широкого спектра действия. Показания: боли в области сердца; головная боль в височной области, кашель, удушье; последствия паралича лицевого нерва; боли в области кисти, запястья, локтевого сустава; невралгия тройничного нерва.
11. **Ян-си (GI 5)** – показания: головная боль, зубная боль; шум в ушах и глухота, ринит, боль и отек слизистой оболочки горла; боль в лучезапястном суставе и кисти.
12. **Нэй-гуань (MC 6)** – показания: боли в области сердца, стенокардия, тахикардия; заболевание органов грудной полости, кашель с астматическим компонентом, ларингит; повышенное артериальное давление; отрыжка, рвота, боли в желудке, подреберье; боли и судороги в области локтевого сустава и плеча; нарушение сна.

**Точки и зоны приложения «Мячика игольчатого», а также Аппликатора Ляпко «Краплинка», «Пояса универсального М», на нижних конечностях при различных заболеваниях и состояниях**



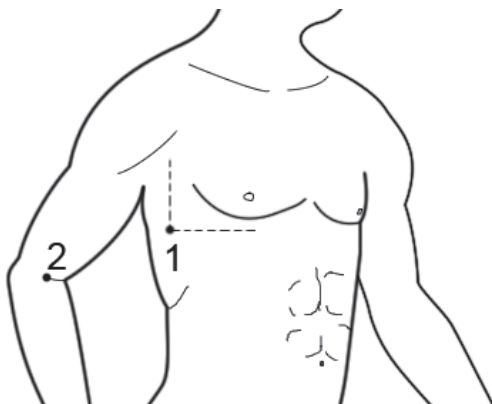
**Рис. 23**

1. **Цзу-сан-ли (E36)** – точка широкого спектра действия, единственная и самая важная для стимуляции действия желудка и селезенки. Показания: урчание в животе, метеоризм, отрыжка, полнота, вздутие, диарея, непереваривание пищи (в стуле), боль внизу живота, недержание мочи, лихорадочные состояния, общее тонизирующее действие.
2. **Сан-инь-цзяо (RP6)** – показания: недостаточность функции желудка, снижение аппетита, понос, рвота после еды, боль внизу живота, импотенция, затрудненное мочеиспускание, недержание мочи, переутомление.
3. **Кун-лунь (V60)** – точка широкого спектра действия. Показания: головная боль, головокружение, боль в глазах; кровотечение из носа; напряжение мышц затылка; боли в пояснице с ограничением движения, ишиас, артриты стопы; повышенное артериальное давление, геморрой.

4. **Ян-лин-цюань (VB34)** – точка широкого спектра действия. Показания: заболевания печени и желчного пузыря; гонит, судороги мышц нижних конечностей; ишиас, люмбаго; отрыжка, привычный запор; головокружение, атеросклероз.

**Точки и зоны приложения «Мячика игольчатого», а также аппликатора Ляпко «Краплинка», «Пояса универсального М», на туловище при различных заболеваниях и состояниях.**

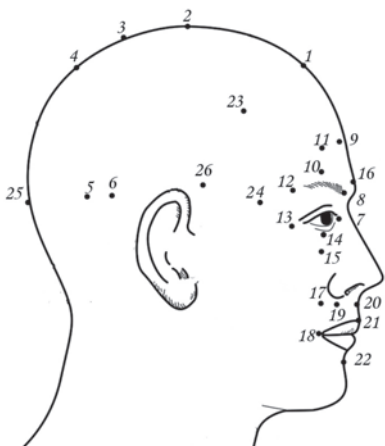
1. **Да-бао (RP 21)** – показания: боли в груди, одышка; судороги мышц конечностей.
2. **Цюй-чи (GI 11)** – точка широкого спектра действия. Показания: боли в суставах верхних конечностей, паралич верхних конечностей; лихорадочное состояние; туберкулез легких; нарушение перистальтики кишечника; крапивница, экзема, нейродермит; неврастения; повышенное артериальное давление.



**Рис. 24**

**Точки и зоны приложения «Мячика игольчатого», а также аппликатора Ляпко «Краплинка», «Пояса универсального М», в области головы при различных заболеваниях и состояниях.**

1. **Шень-тин (VG24)** - показания: невралгия первой ветви тройничного нерва, головокружение, боли в глазах, слезотечение, заболевание носа, эмоциональная неустойчивость, нарушения сна, тревожные состояния.
2. **Цянь-дин (VG21)** - показания: головная боль, головокружение, боль в теменной области головы, недостаточность мозгового кровообращения; ринит, носовое кровотечение, заболевания уха, судороги.
3. **Бай-хуэй (VG20)** - показания: головная боль, головокружение, заложенность носа, шум ушах, геморрой, судорожные припадки.
4. **Хоу-дин (VG19)** - показания: головная боль, головокружение, носовое кровотечение, боли в области шеи и затылка, ригидность мышц затылка; бронхиальная астма.



**Рис. 25**

5. **Нао-кун (VB19)** - показания: понижение зрения, одышка, носовое кровотечение, жаропонижающее действие, шейные радикулиты, невралгии затылочных нервов, контрактура шейных затылочных мышц, а также важна при лечении глазных болезней.
6. **Фу-бай (VB10)** - показания: головная боль, шум в ушах, парез конечностей, тик и контрактура мышц шейно-затылочной области.
7. **Цин-мин (V1)** - показания: конъюнктивит, слезотечение.
8. **Цуань-чжу (V2)** - показания: головная боль, боль в области лба, невралгия первой ветви тройничного нерва; снижение остроты зрения, слезотечение, тики мышц век.
9. **Мей-чун (V3)** - показания: головная боль, головокружение; заболевание носа, снижение остроты обоняния, фронтит; заболевание глаз.
10. **Юй-яо(PC6)** - показания: мигрень, заболевания глаз.
11. **Ян-бай (VB14)** - показания: головная боль, головокружение, рвота; тик и спазм мимических мышц; невралгия и неврит тройничного и лицевого нервов.
12. **Сы-чжу-кун (TR23)** - показания: боли в лобной и височной областях, головокружение, мигрень, конъюнктивит, снижение остроты зрения; парез, паралич лицевого нерва.
13. **Тун-цзы-ляо (VB1)** - показания: головная боль; заболевания глаз, слезотечение, снижение остроты зрения, признаки атрофии зрительного нерва, глаукома; периферический паралич лицевого нерва, невралгия тройничного нерва.
14. **Чэн-ци(E1)** - показания: близорукость, дальнозоркость, слезотечение, астигматизм, неврит зрительного нерва, ритинит, катаракта, парез мышц глазного яблока.
15. **Сы-бай(E2)** - показания: конъюнктивит, глаукома, кератит; невралгия второй ветви тройничного нерва, парез лицевого нерва, птоз века, опущение угла рта, тик мышц верхнего века; головная боль, головокружение.
16. **Инь-тан (PC3)** - показания: головная боль в области лба, головокружение; заболевания носа; заболевания глаз; повышенное артериальное давление.
17. **Цзюй-ляо (E3)** - показания: глаукома, слезотечение; невралгия первой ветви тройничного нерва, птоз века, опущение угла рта, тик мышц века; носовое кровотечение; боли в зубах верхней челюсти, щеки и губах.
18. **Ди-цан (E4)** - показания: невралгия тройничного нерва, парез лицевого нерва, тики и птоз века, опущение угла рта, слюнотечение.
19. **Хэ-ляо (GI 19)** - показания: снижение обоняния, носовое кровотечение, вазомоторный ринит, парез мимических мышц рта, тризм, астма.
20. **Жэнь-чжун (VG26)** – точка реанимации. Показания: оказание скорой помощи при потере сознания, судорожные истерические припадки.

21. **Дуй-дуань (VG27)** - показания: оказание скорой помощи при потере сознания, носовое кровотечение, невралгия тройничного нерва.
22. **Чэн-цзян (VC24)** - показания: невралгия и неврит нижних ветвей тройничного и лицевого нервов, судорожное состояние, отек лица. Эта точка имеет особенно важное значение при истерических припадках и при оказании скорой помощи (коллапс, диабетическая кома и др.).
23. **Тоу-вэй (E8)** - показания: невралгия тройничного нерва, мигрень, неврит лицевого нерва, снижение зрения, конъюнктивит.
24. **Тай-ян (PC9)** - показания: боли в височной области головы, мигрень, невралгия и неврит тройничного и лицевого нервов, тик и контрактура мимических мышц.
25. **Нао-ху (VG17)** - расположена на верхнем крае затылочного бугра (зрительный бугор). Показания: головная боль, боль и напряжение затылочных мышц; боли в глазах, снижение остроты зрения. улучшает проведение нервных импульсов по зрительному нерву; неврастения.
26. **Сюань-ли (VB6)** - показания: боли в височной области головы; заболевания глаз; зубная боль, отечность лица.

### Аппликаторы Ляпко «Мячик игольчатый», а также «Краплинка», «Пояс универсальный М» и Су-Джок-терапия.

Воздействие «Мячиком игольчатым» на активные зоны соответствия органам на ладонях и стопах по методике Су-Джок-терапии. Оказывает положительный, оздоравливающий эффект на организм.

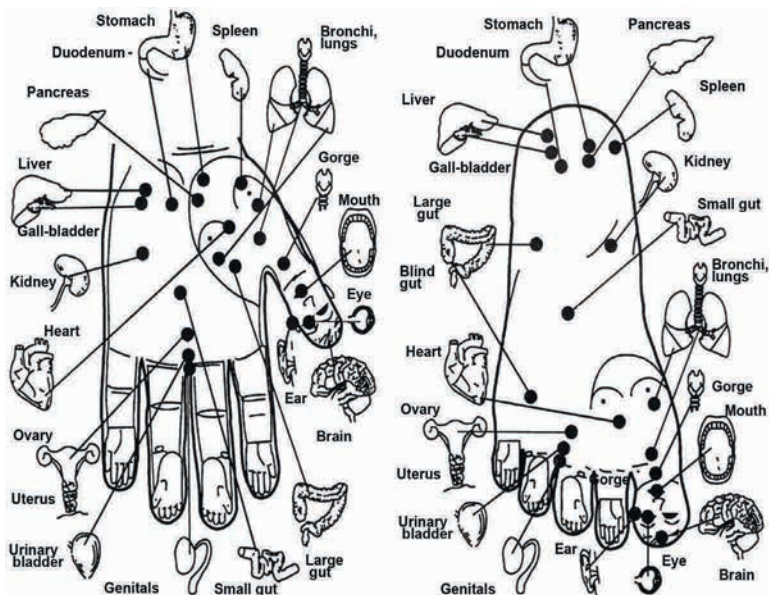
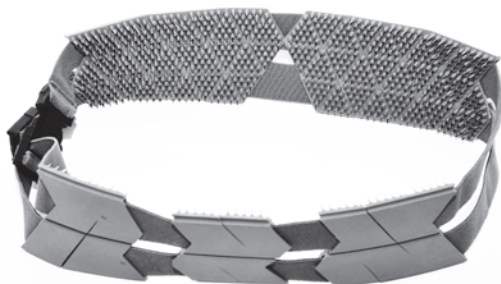


Рис. 26

У Вас возникли проблемы с каким-либо органом? Рассмотрите внимательно рисунок со схемой соответствия на кистях рук и стопах. Определите область с точкой соответствия проблемному органу. Приложите к этой зоне мячик игольчатый и надавите, помассируйте несколько минут. Регулярно массируя выбранную зону на ладонях и стопах, Вы сможете существенно улучшить состояние больного органа.

## УАЛ «ПОЯС УНИВЕРСАЛЬНЫЙ М»

Применение аппликатора Ляпко «Пояс универсальный М» возможно как самостоятельно, так и в комплексе с другими методами лечения в неврологии, офтальмологии, стоматологии, оториноларингологии, косметологии, наркологии (в комплексном лечении алкогольной, никотиновой и других видов зависимостей), а также для восстановления жизненного тонуса, хорошего настроения и трудоспособности.



Неврология и офтальмология: систематическое использование аппликатора Ляпко «Пояс универсальный М» на различные участки лица и волосистой части головы помогает избавиться от головных болей, снять нервное напряжение, улучшить самочувствие, слух, память и качество сна. Способствует усилению проводимости зрительного нерва, улучшению кровообращения и обменных процессов в области головного мозга и глаз.

УАЛ «Пояс универсальный М» обеспечивает оздоровительное влияние на органы зрения и зону вокруг глаз: расслабляет мышцы глазного яблока, снимает напряжение глаз, восстанавливает аккомодационные функции хрусталика, эластичность и упругость мышц, расслабляя и тренируя их. Рекомендован для сохранения и улучшения зрения, а также для лечения и профилактики близорукости, возрастной (пресбиопии) и врожденной дальнозоркости (легкой и средней тяжести), спазм аккомодации (псевдомиопии), в комплексном лечении глаукомы, катаракты, зрительной усталости (астенопии), атрофии зрительных нервов, диабетической ретинопатии. Он предупреждает компьютерный синдром, убирает мелкие морщины и улучшает эластичность кожи вокруг глаз. Показан для снятия симптомов, вызванных повышенной нагрузкой на глаза (боль, рези в глазах, раздражение, сухость).

Дополнительные прижимы различной интенсивности пальцами на зону аппликации вокруг глаз и глазных яблок, висков и области затылка усиливают эффект аппликационной терапии.

Одновременное воздействие на область затылка дополнительной пластины улучшает мозговое кровообращение, снимает спазм сосудов головного мозга.

Применение аппликатора Ляпко «Пояс универсальный М» на область рта показано при невралгии тройничного нерва, заболеваниях зубов, полости рта и др.

Лечебный эффект увеличивается, если воздействовать через марлевую прокладку, сложенную в 1–3 слоя и смоченную обычной или морской водой, физиологическим раствором или отваром трав.

В детской практике применение аппликатора Ляпко «Пояс универсальный М» на область глаз рекомендовано под контролем взрослых с 5-летнего возраста. Показано в комплексном лечении легкой и средней степени амблиопии.

Ребенка сначала нужно поощрить своим примером: мама в присутствии ребенка надевает себе УАЛ «Пояс универсальный М» на закрытые глаза. Этим она показывает, что это безопасно и не больно. Важно при этом описывать ребенку свои приятные ощущения и полезность такой процедуры. Все может проходить в виде игры, сидя или лежа. После этого мама аккуратно несколько раз прикладывает УАЛ «Пояс универсальный М», к закрытым глазам ребенка. Когда ребенок успокаивается, привыкает к новым ощущениям и понимает, что это безопасно, УАЛ «Пояс универсальный М» можно зафиксировать буквально на 1 минуту, при этом держать ребенка за руку, чтобы он чувствовал физическое присутствие мамы и обязательно с ним разговаривать (можно читать сказки, вспоминать что-то приятное для ребенка или рисовать зрительные образы). Стоит постоянно напоминать ребенку, что глаза нужно держать закрытыми, что не нужно пытаться открывать их.

Аппликации проводят на закрытые глаза 1–2 раза в день, постепенно увеличивая время процедуры до 5–7 минут. Курс применения 7–10 дней, повторить через 10–12 дней.

**Оториноларингология:** ношение аппликатора Ляпко «Пояс универсальный М» на надбровной области и в области проекции гайморовых полостей в течение 10–15 минут улучшает кровообращение придаточных полостей носа, снимает отек, восстанавливает носовое дыхание. Применение в области висков, ушных раковин помогает улучшить слух.

**Косметология:** воздействие аппликатором Ляпко «Пояс универсальный М» на кожу лица улучшает ее кровоснабжения, повышает тургор кожи, убирает мелкие морщины.

Для комплексного лечения алкогольной, никотиновой и других видов зависимостей аппликатором Ляпко «Пояс универсальный М» нужно воздействовать на зоны, ответственные за выброс большого количества биологически активных веществ. Это вся область спины вдоль позвоночника, в том числе пояснично-крестцовый отдел позвоночника, область живота и грудной клетки, шейно-воротниковая зона, стопы, а также височная, теменная, затылочная области и ушные раковины.

На теле человека находится большое количество жизненно важных зон и точек, через которые можно рефлекторно осуществлять эффективное положительное воздействие, как на внутренние органы, так и на весь организм в целом. Например: ниже и наружней колена находится точка от «ста болезней» Е36 (Цзу-сань-ли). Несколько выше ее, на 1–2 см – точка для лечения алкогольной и других зависимостей (Цзу-ли-пан). Если на зону этих точек прикрепить аппликационный пояс, это будет способствовать еще дополнительному выбросу эндорфинов и других «внутренних лекарств», усиливающих и нормализующих обменные процессы в организме.

### **Методика использования аппликатора Ляпко «Пояс универсальный М».**

Аппликатор Ляпко «Пояс универсальный М» можно применять на любые проблемные участки тела.

**Для снятия усталости, улучшения самочувствия, зрения, слуха, после работы за компьютером** процедуру проводить на область глаз с закрытыми глазами от 2–3 минут до 12–15 мин. 1–10 раз в день.

**Для снятия психоэмоционального напряжения, улучшения сна, снятия отеков под глазами** воздействовать 15–25 мин.

**При дистрофии сетчатки, частичной атрофии зрительного нерва** – время применения 15 минут. Рекомендуется 3 курса аппликаций по 10–12 дней с перерывом 10–12 дней. Можно повторить через 1 месяц после осмотра окулиста.

Процедуры проводить в положении сидя или лежа.

Аппликации можно применять после консультации врача в лечебных и оздоровительных учреждениях, а также самостоятельно в домашних условиях.

Точки и зоны приложения аппликатора Ляпко «Пояс универсальный М» на область волосистой части головы, висков, ушей, лица и шеи при различных заболеваниях и состояниях (см. рис. 26).

## **МАССАЖЕР «ФАРАОН»**

*Если человек сам следит за своим здоровьем, то трудно найти врача, который знал бы лучше полезное для его здоровья, 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 всегда, и это так: здоровье опорно-двигательного аппарата — основа общего здоровья человека. 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 силы, заложенные природой, 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 неостребованности некоторых систем организма, и они перестают играть свою роль в жизнеобеспечении человека. А если нет участия в общем процессе какого-либо узла системы, то любая

саморегулирующая система рано или поздно выйдет из строя.

Известно, что многие болезни возникают в результате нарушения движения энергии по энергетическим каналам или меридианам, — когда в одних местах энергия находится в избытке, а в других ее недостает. В тех местах, где скопилась избыточная энергия, происходит перенапряжение мышц, и нарушаются функции других систем организма, следствием чего является сдавливание верхних рецепторов нервных стволов. Это влечет за собой дегенерацию нервно-мышечной системы. Далее вышеуказанный участок переходит в участок недостатка энергии. Этот участок не способен эффективно выводить вредные вещества и шлаки из организма, что влечет за собой создание условий для возникновения отеков, доброкачественных опухолей, нередко переходящих в злокачественные. Если избыточная энергия скапливается в железах внутренней секреции, в организме нарушается гормональный баланс.

Измененная энергетика может провоцировать образование узлов в щитовидной железе.

Восстановить гармонию в системе призван массаж.

Суть метода заключается в том, чтобы застоявшуюся энергию привести в движение, восстановить связь с остальными, нормально функционирующими системами, отрегулировать энергетический баланс и закрепить в главном нервном центре информацию о том, что они снова могут гармонично работать в нормальном, т. е. здоровом режиме.

Все эти проблемы решает быстро, надежно и эффективно Ваш «домашний доктор» — массажер «Фараон»!

В массажере «Фараон» 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.

Изготовленный из экологически чистого износостойкого полимера, который при трении не электризуется, массажер позволяет поддерживать во время массажа благоприятную структуру поля, что особенно важно при массаже головы.

Массажер «Фараон» — это экспериментально подобранная геометрическая фигура, пропорции которой практически отвечают принципу золотого сечения. По своему строению форма массажера напоминает молекулу газа метана, который является основой мироздания. Дополнительные выступы на массажных поверхностях — бугорки разных форм (в виде полусфер и конусов с закругленной вершиной) превращают каждый шар в сложенную пирамиду. Благодаря этим выступам возрастает эффективность качественных свойств массажера. Выступы образуют сочетание сложных линз, которые, в свою очередь, фокусируют свето-энергетические пучки и направляют их на массируемую поверхность.

Вершину массажера венчает «корона», что усиливает неповторимость массажера. Ее форма в миниатюре дублирует тетраэдр, одна из ножек которого повернута таким образом, что все выступы находятся в одном направлении.

В отличие от существующих массажеров, «Фараон» имеет выраженные массажные свойства: при помощи четырех плоскостей с различными радиусами кривизны рабочих выступов можно выполнить четыре вида общего и сегментарного массажа и пять



разновидностей точечного массажа.

Попеременное использование каждой из сторон массажера придает различные ощущения, что обеспечивает универсальность его применения. А именно: возможность подбора его свойств для любого возраста, массы тела, порога чувствительности, конкретной проблемы, что 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, заставляя их вибрировать в здоровом ритме.

### МЕТОДИКА ПРИМЕНЕНИЯ

Массажер можно применять 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 степени интенсивности массажа:**

1 — легкий массаж — это мягкое поверхностное массирование шарами с большим радиусом (основание пирамиды);

2 — более выраженный массаж осуществляется большими полусферами, расположенными на основных шарах. При этом происходит воздействие на поверхностные слои мышц;

3 — глубокий массаж выполняется конусовидными выступами с шаровидными вершинами. Мышцы при этом прорабатываются на всю глубину;

4 — высокоэффективный массаж — наиболее интенсивный, служит для глубокой обработки мышц, связок и массажа до надкостницы. Проводится самыми острыми конусовидными выступами.

При поверхностном массаже острыми конусовидными выступами достигается эффект легкого, очень приятного, «щекочущего» воздействия, переходящего в состояние истинного блаженства.

Продолжительность массажа и его интенсивность определяет получение желаемого эффекта. Продолжительный, до 15 мин. и более, массаж способствует полному расслаблению мышц, создает седативный (успокаивающий) эффект.

Короткий массаж, 3-5-7 мин., оказывает тонизирующее (стимулирующее) действие.

Во время сеанса следует выполнять круговые движения по часовой стрелке или продольные — вверх-вниз. Для улучшения скольжения массаж следует проводить через тонкую ткань или легкую одежду. Для массажа можно использовать различные крема и мази. Массажер «Фараон» способствует равномерному распределению их на коже и эффективному впитыванию лечебных мазей, бальзамов, антицеллюлитных кремов. Комплексное использование крема и массажера позволяет в 3-5 раз увеличить эффект от применения крема и привести к более экономному его использованию.

Используя массажер «Фараон», можно проводить общий, сегментарный и точеч-

ный массаж.

Общий массаж оказывает положительное воздействие на весь организм в целом, приводя к гармонии все его системы. Для тонизации рекомендуется проводить глубокий и наиболее интенсивный массаж (3-я и 4-я степени интенсивности) в течение 5-7 минут. А для релаксации — 1-я и 2-я степени интенсивности, в течение 15 минут.

Сегментарный массаж оказывает положительное воздействие на определенные системы организма, нормализует работу внутренних органов, в зависимости от рефлекторно-сегментарных связей зоны тела, на которой проводится массаж.

Точечный массаж является одним из методов рефлексотерапии. Он воздействует на биологически активные точки, 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).

С помощью лучей «короны» можно проводить более точный массаж зон соответствия, используемых в Су-Джок-терапии на кистях и стопах.

Массирование одновременно двумя шариками применяют для массажа длинных мышц спины и мышечных групп голени, бедра, плеча, околопозвоночных мышечных групп.

Можно проводить антицеллюлитный массаж, перемещая массажер вверх от колена к бедру и в других проблемных зонах. Наиболее подходящими здесь являются 3-й и 4-й режимы интенсивности. Этот вид массажа разрушает целлюлитные отложения и активизирует кровообращение, усиливает процессы жизнедеятельности клеток кожи, мышц и способствует их обновлению. В результате создаются условия для активизации обменных процессов и расщепления жира. Перед сеансом антицеллюлитного массажа важно 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-м и 4-м видами выступов. Некоторые пользователи после такого массажа с удовольствием исключают прием пищи. А для повышения веса рекомендуется применять массаж 1-м 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, лечебных и санаторно-оздоровительных учреждениях.

Профессиональному массажисту с помощью массажера «Фараон» удастся добавить в свой арсенал методов не только оригинальный и приятный для пациентов вид массажа, но и увеличить (за счет эргономичности этого массажера) свою работоспособность в 2-3 раза.

## **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 увеличенных 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 про-

странства, приближая его к состоянию гармонии. Помещенный в пирамиду массажер очищается от негативных информационных полей и получает положительный заряд трех наиболее мощных полевых структур — «пи», «омега» и «мю».

Совместное применение аппликаторов Ляпко, игольчатых валиков и массажера «Фараон» взаимно потенцирует (увеличивает) их лечебную эффективность. Кроме того, массаж после применения аппликаторов позволяет улучшить диффузию полезных металлов из кожного покрова через кровь по всему организму. Комфортный и практичный, а главное, доступный массажер «Фараон» избавит вас от многих проблем, станет Вам хорошим другом и надежным защитником Вашего здоровья!

### ПРИМЕРЫ ПОКАЗАНИЙ К ПРИМЕНЕНИЮ МАССАЖЕРА

**1. Ортопедия.** При использовании данного массажера происходит стимулирование пролиферативных процессов в клеточных и волокнистых элементах костной ткани, которые способствуют более быстрому заживлению переломов. Уменьшаются скованность, боль, отек, происходит увеличение амплитуды движений в суставах.

**2. Косметология.** Применение массажера «Фараон» повышает эффективность лимфодренажа в тканях всего организма. Его можно использовать при целлюлите, старении кожи, недостаточности кровообращения, для коррекции формы тела, при гематомах (синяки), кожном зуде, келоидных рубцах, отеках на лице и конечностях.

**3. Цереброваскулярная патология.** Улучшает состояние кровеносной системы головного мозга и поверхностных сосудов, стимулирует питание мозговой ткани, в первую очередь, за счет поступления в нее кислорода, повышает устойчивость мозга к гипоксии, нормализует артериальное давление, урежает ритм сердечных сокращений.

**4. Подострые и хронические заболевания мочеполовой сферы.** Использование массажера «Фараон» как одного из средств оздоровления при воспалительных заболеваниях приводит к улучшению общего состояния, снижению болевого и дизурического синдромов, нормализации гормонального фона при гипоэстрогенных и климактерических состояниях, повышению потенции, уменьшению лейкоцитарного и гематологического индекса, улучшению иммунологического фактора.

**5. Хронические обструктивные бронхиты и бронхиальная астма.** Рекомендуются астматикам, так как происходит эффективное бронхолитическое действие и более интенсивное усвоение кислорода.

**6. Остеопороз.** Это заболевание характеризуется снижением костной массы и нарушением микроархитектуры костной ткани, приводящим к повышению ее хрупкости и увеличению риска переломов. При применении массажера «Фараон» происходит активация локального кровотока, улучшение микроциркуляции и транскапиллярного обмена, увеличение кровоснабжения органов и тканей, уменьшение в них воспалительного процесса.

**7. Спортивная медицина и травматология.** Высокая эффективность применения массажера «Фараон» позволяет восстановить биологические ритмы после пересечения нескольких часовых поясов, снять стрессовые нагрузки перед стартом, повысить физическую и психическую работоспособность. Массажер «Фара-

он» — эффективное решение проблем, связанных с лечением и профилактикой спортивных травм и посттравматических осложнений, как правило, связанных с опорно-двигательным аппаратом: дегенеративных заболеваний суставов и позвоночника, воспалительных заболеваний суставов и позвоночника, ушибов, переломов и т.п.

Массажер «Фараон» может эффективно применяться при нейроциркулярных дистониях по гипертоническому типу, неврозах, нарушениях сна, болезни Рейно, облитерирующем эндартериите, диабетической ангиопатии и других заболеваниях сосудов конечностей дегенеративно-дистрофических заболеваниях позвоночника и суставов (остеохондроз, деформирующий спондилез, остеоартроз) и т.д.



## **ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ:**

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

## **АППЛИКАТОР В ВОПРОСАХ И ОТВЕТАХ**

### **— С чего начинать самостоятельное лечение с помощью аппликатора?**

- Поставьте себе цель: «Я хочу иметь отличное 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 будет недостаточно. Запомните: «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 лечебного эффекта. В дальнейшем, анализируя свои записи, Вы сможете увидеть реальные результаты применяемого лечения и выбрать наилучший для себя способ применения аппликаторов Ляпко.

### — 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 приятный 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, зафиксировав на больном участке тела, столько, сколько необходимо для улучшения самочувствия.

### — Что ощущает пациент, применяя аппликатор Ляпко?

С первых минут применения аппликатора пациент ощущает покалывание, вибрацию, пощипывание. Затем появляется прилив тепла, исчезновение болевых ощущений, приятное расслабление, которое может переходить в нормальный здоровый сон.

### — 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, возникают гальванические токи за счет разности потенциалов металлов, из которых состоят иглы аппликатора, и как результат — микроэлектрофорез этих металлов во внутренние среды организма.

### — Что заставляет боль уйти?

Аппликатор восстанавливает энергетический баланс в меридианах, проходящих через болезненный участок, или в зоне проекции заинтересованного органа, который нуждается в лечении.

Патогенная (застойная) энергия интенсивно перераспределяется (убирается), и 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 энергии. Воспаленный участок — отечный, с усиленным притоком крови — разряжается, и боль уходит, а ослабленное место (в случае дистрофических процессов) получает необходимый заряд энергии.

Кроме этого, включается механизм множественных точечных уколов биологически активных точек, расположенных на коже, которые, суммируясь, дают команду гипофизу на выделение эндорфинов — естественных обезболивающих веществ 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.

### **— 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 мин/ 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 игло-терапевт 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 и зоны различных конфигураций, расположенные на поверхности туловища, 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 — участки гиперчувствительности - кратковременно (5-10 мин.). Естественно, в результате этого воздействия пациент испытывает значительное улучшение самочувствия, исчезновение болей, повышение работоспособности и общего тонуса, сопровождающиеся приятными, комфортными ощущениями в зоне аппликаций и во всем теле. «Обкаты-

вать» 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 позвоночника. Поэтому необходимо воздействовать на этот отдел позвоночника аппликатором или валиком. Эффективным является воздействие на дополнительные зоны: крестцово-копчиковую и зону надпочечников. Процедуру следует завершать воздействием аппликатора на стопы.

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. Одна из возможных причин — это родовая травма, или, возможно, когда-то была получена травма, вызвавшая смещение сустава и ущемление нерва. Даже если причина заложена генетически, все равно можно оказать помощь, откорректировать состояние сустава и нерва, помочь мышцам и нервам развиваться правильно. Состояние организма всегда связано с состоянием позвоночника. Необходимо воздействовать на зоны, расположенные паравертебрально в шейном и грудном отделах позвоночника, затем, продольно, начиная с кисти, далее предплечье и плечо больной стороны. Для усиления терапевтического эффекта дополнительно воздействовать на симметричные зоны здоровой конечности и стопы. Сеанс можно завершать сегментарным массажем шейно-воротниковой зоны и обеих рук массажером «Фараон». Лечение необходимо проводить регулярно и длительно, до получения положительной динамики.

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

Использовать аппликатор для реабилитации просто необходимо, и вот почему: вследствие травмы произошел парез локтевого и лучевого нервов. Целостность восстановилась — кости срослись, но зачастую автоматически формируются патологические очаги в плечевом и локтевом суставах, шейном отделе 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. Он дает только положительный эффект, ведь в основу метода положен один из главных принципов медицины — не навреди, используй защитные силы организма.

Воздействовать аппликаторами (валиками) необходимо на шейно-грудной отдел позвоночника, зоны шейно-плечевых сплетений. В лечение следует вовлекать области суставов (плечевого и локтевого), предплечье и кисть. Для усиления терапевтического эффекта целесообразно использовать аппликаторы на симметричные зоны здоровой стороны и стопы.

### **— Не вредно ли применять аппликаторы?**

Нет, не вредно. Более того, используя аппликаторы Ляпко, Вы мобилизуете защитные силы организма на борьбу с болезнью и успешно побеждаете ее. Нужно только внимательно прислушиваться к своим ощущениям и грамотно применять аппликатор. При этом ощущения должны быть только приятными. Еще раз внимательно прочитайте раздел «Как работать с аппликатором?», обратите внимание на правильность укладки и Ваши действия при длительных дискомфортных ощущениях. Лечение должно приносить облегчение, покой и расслабление, давать заряд бодрости, повышать работоспособность, восстанавливать гармонию.

### **— Как не ошибиться и не приобрести подделку?**

Аппликаторы Ляпко приобрели широкую популярность среди самых разных групп населения. Ими пользуются в лечебных учреждениях — от районных больниц до научно-исследовательских центров — на базе медицинских университетов, Военно-медицинской академии и т. д. Это привело к появлению некачественных и несертифицированных изделий, которые продают недобросовестные дельцы, используя наши фирменные логотипы, нашу рекламную продукцию и, главное, популярность и эффективность настоящих аппликаторов.

Процесс изготовления аппликаторов Ляпко очень трудоемкий и дорогостоящий, 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 аппликаторов Ляпко и покрытия на них сделаны из чистейших металлов, с полным соблюдением требований Минздрава, предъявляемых к изделиям медицинского назначения. Настоящие аппликаторы Ляпко можно приобрести в магазинах офисов компании «Ляпко», в аптечной сети, в магазинах медтехники.

## **РЕЗУЛЬТАТЫ ПРИМЕНЕНИЯ АППЛИКАТОРОВ ЛЯПКО**

*«У мужа черепно-мозговая травма в мае 2003 г. Из больницы выписан 3.06.03 г. с «приговором», что правая рука вряд ли будет работать. Рука, правда, сгибалась в локте, но была настолько слабой, что держать в ней они ничего не мог.*

*Наши действия: ежедневно и многократно обкатывала валиком все: от кончиков пальцев рук и ног до макушки, затем он ложился на аппликатор «Спутник» поочередно всеми отделами позвоночника, «обнимал» рукой валик, насколько мог согнуть ладонь. В результате — первая попытка расписаться в ведомости на получение*



пенсии — 3.07.03 г. На сегодняшний день муж отжимается от пола 10 раз, разборчиво пишет, делает всю работу по дому без ограничений и готовится к огородному сезону. Спасибо Вам!»

Матвеева Эльвира Ивановна, г. Барнаул

«Большое Вам спасибо за аппликаторы Ляпко! Для нас, ветеранов, эти аппликаторы — как бальзам для души и тела. С 1976 года начал беспокоить радикулит, чем дальше, тем хуже. С выходом на пенсию началась бессонница, запоры, зуд, стали отказывать ноги. Стал нервный. Сделали обследование на томографе, снимки показали шейную, грудную и поясничную межпозвоночные грыжи. Это отголоски вьетнамской скрытой войны. В 2008 году узнал об аппликаторах Ляпко. Купил «Квадро», начал пользоваться, как рекомендует книга. Я даже не заметил, как прошла бессонница, исчез запор и не очень беспокоит грыжа. А я ведь 6 месяцев не ходил. Сейчас хожу, сижу, занимаюсь гимнастикой. Началась нормальная жизнь. Большое спасибо Вашему аппликатору!»

Байдацкий Ю.И., г. Севастополь

«После черепно-мозговой травмы на большом участке головы хирург предупредил, что волосы расти не будут. Применялись различные средства для стимуляции роста волос, но никаких результатов не было. После применения валика, через 3 недели, появилась щетина на всем участке.

У женщины было сильное воспаление нервных окончаний копчика. После месячного пребывания в больнице состояние оставалось прежним. Врачи предложили оперативное лечение, и больная согласилась, но отложила операцию на некоторое время. Дома она применяла аппликатор на пояснично-крестцовую зону и после двух недель лечения боли совершенно прошли и больше не возобновлялись. отпала необходимость операции».

Сидоренко Григорий Михайлович, г. Днепрпетровск

«С 1985 года начались проблемы с позвоночником по поводу остеохондроза. Два раза в год обращался в больницу к невропатологу. Результат — всякими уколами и таблетками «посадили» почки. С 2002 года пользуюсь одианрным аппликатором согласно вашим рекомендациям. За это время ни разу не обращался к врачу, болей нет, чувствую себя превосходно.»

Регхин Юрий Клементьевич, г. Бийск

«Полторагодовалый ребенок не разговаривал совсем, не произносил ни слова, хотя физически развивался нормально. Мама приобрела лицевой валик, и ребенок целыми днями играл с ним: крутил и катал ручками. Каково же было удивление родных, когда спустя несколько дней ребенок заговорил чисто и даже целыми предложениями».

Мясникова Валентина Васильевна, г. Бийск

«Использовала лицевой валик в косметологии. После 15 сеансов наблюдалось повышение тонуса кожи и мышц лица, улучшался цвет лица, хорошее эмоциональное воздействие. Омоложение на 3-7 лет».

Иванцова Елена Борисовна, рефлексотерапевт, г. Томск

«Девочке 16 лет, с рождения диагноз – ДЦП с нарушением двигательных функций и функций тазовых органов. Ребенок не чувствовал ног, самостоятельно не опирался. Мама использовала одинарный аппликатор на зону поясницы, низ живота и под стопы. В результате – ноги стали теплыми, появилась чувствительность, полностью отказались от приема слабительных. Сейчас продолжают заниматься, постепенно нарастает объем движений в ногах».

Сагайдачная Яна, г. Харьков

«Спутник» Ляпко всегда (и сейчас тоже) в сумочке вместо обезболивающих таблеток. Однажды проводила встречи с консультантами в г. Кировское, одна из них проходила в шахтной лаборатории. При выходе, почти в полной темноте, на всем ходу ударилась головой о косяк двери. Дело было зимой, снега вокруг полно, приложила минут на 40 – кровь остановилась, отека вроде бы нет. Тремя часами позднее, вернувшись домой, с ужасом увидела наползающий на лоб, почти до бровей отек. Приложила УАЛ «Спутник» на лоб, – через 40-50 минут от отека и синяка не осталось и следа. Абсолютно уверена, что никакое другое средство не дало бы такого эффекта, тем более так быстро. Спасибо!»

Демченко Елена Алексеевна, г. Донецк

«Мне 76 лет. Болею сердцем давно, перенес 2 инфаркта миокарда. Приступы стенокардии беспокоили и днем и ночью. Без нитроглицерина и валидола не мог ступить ни шагу. Два года назад дочь подарила два аппликатора: «Двойной» и «Малыш».

Применяю регулярно большой аппликатор вдоль позвоночника и под стопы. Чувствую себя хорошо, работаю на даче и даже участковый врач сказала, что кардиограмма стала почти нормальной. Иногда, когда появляется тяжесть или боль за грудной клеткой, использую «Малыш»: прижимаю его к мизинцу и сердечному треугольнику на ладони. Обхожусь без лекарств, чего и Вам желаю».

Савченко Николай Андреевич, г. Марьинка

«Старые травмы (плечевой сустав – колени) напоминают о себе. Особенно при очень переменчивой погоде в провинции Онтарио (Канада). По рекомендации спортивного врача Сергея Литоша, который успешно применяет аппликаторы Ляпко в сборных командах Канады, начал пользоваться аппликаторами Ляпко.

Особенно порадовала «Волшебная лента Здоровье». Мгновенно снимает боль, отечность, мышечный спазм, улучшается гибкость в движении, выносливость, приток энергии. Отсюда повышается скоростно-силовая выносливость. Если бы в мои годы я имел возможность пользоваться такими лентами, я бы не сошел с дистанции из-за травм. И еще – аппликаторы Ляпко очень быстро срабатывают как противострессовая система и не допускают депрессии. В Торонто Сергей Литош рекомендует и применяет аппликаторы Ляпко у спортсменов в различных видах спорта: в боксе, в легкой атлетике, футболе, в художественной гимнастике, хоккее, каратэ, йоге и др.

Большое спасибо Н.Г. Ляпко за его чудное творение.

Рекомендую всем, особенно действующим атлетам:

- Для стимуляции нервно-мышечной системы 5-8 мин. перед тренировочным процессом.
- Для восстановления после соревновательного периода или тренировки – 30-45-60 мин.

С наилучшими пожеланиями,

Александр Червоный – Мастер спорта Международного класса по прыжкам с шестом (член команды с Сергеем Бубкой), Канада».

«Добрый день. Кратко о себе: 26 лет работаю в реабилитации, из них 18 лет в Канаде (до Канады – 4-е управление Минздрава СССР).

Обслуживал студенческую универсиаду в Баффоло (1993 г.), чемпионаты мира по легкой атлетике, сквош, гимнастике, борьбе. Много лет с хоккеистами НХЛ. Опыт есть.

Последние 3 года применяю аппликаторы Ляпко, последние 10 месяцев и «Волшебную Ленту». Результаты потрясающие!

1. Для повышения скоростно-силовой выносливости (а это очень важный показатель) я обматываю ноги и руки: для стимулирования нервно- мышечной системы на 8-10-12 мин.

Можно и поясницу, и шею, и голову.

2. Для восстановления после тяжелых или изнурительных тренировок и игр я обматываю атлета на 20-25-30 мин. А потом короткий массаж. Результат налицо. Атлеты сами мне говорят, что они прибавили в скорости, силе, выносливости. Восстановление проходит намного легче и быстрее. Тренеры в шоке и полном удивлении, но очень благодарны.

3. Работоспособность увеличилась у всех 100% атлетов. Прихожу в залы – атлеты хлопают – приветствуют, уже ждут.

Есть хороший пример: мальчик 12 лет занимается футболом. В среднем 1-2 мяча забивал в 3-4 играх. Обмотал ему на 12-15 минут обе ноги и потом по 7-8 минут на каждую ногу массаж.

В следующей игре мальчик забивает пять мячей. Через 2 недели повторяю процедуру. В следующей игре 4 (четыре) гола. Родители двух команд в шоке.

Из-за такой ситуации ему сделали жесткий прессинг. Два сильных футболиста команды соперника его блокировали. И, несмотря на это, он все равно забил три гола в этой игре.

Благодаря таким уникальным результатам у меня теперь по 4-6 спортсменов проводят ежедневные обмотки...

Всегда здоровы и счастливы!

Так что, уверен, каждый спортсмен может очень прилично повысить свои показатели и результаты, если подружится с аппликаторами Ляпко ( Если в Канаде признали (а народ здесь очень скупой на признание), то, поверьте мне, эффект от применения аппликаторов Ляпко – очень большой).

Николаю Григорьевичу огромное спасибо лично от меня и от всех, кто их использует.

С уважением,

Сергей Литош, г. Торонто. Канада»

## **ЗАКОН МУДРОЙ ВЕЧНОСТИ**

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

*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, как 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.*

## **ВСЕОБЩИЙ ЗАКОН**

*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.  
Илюди умирают для того,  
Чтобы продлить род человечества.  
Поэтому спешу творить добро,  
Не отвергаю народное поверье: не золото, не серебро,  
А доброта дарует нам бессмертие.*

*И. Маликов*

## ЛИТЕРАТУРА:

1. Каладзе Н.Н., Горлов А.А., Ляпко Н.Г., Ляпко-Аршинова Ю.Н. Влияние уровня стресс-ассоциированных гормонов на иммунологические показатели после курсового применения разнометаллических многоигольчатых аппликаторов Ляпко. // Материалы первого Всероссийского съезда врачей восстановительной медицины «РеаСпоМед 2007». М., 2007 - 356 с.
2. Кукушкин Ю.Н. Химические элементы в организме человека // Соросовский образовательный журнал. - 1998-№5.- С.54-58 с.
3. Латогуз С.И. Практическое руководство по рефлексотерапии и иглоукалыванию: -Ростов н/Д.: Изд-во «Феникс», 2003. - 416 с.
4. Михайлов В. В. Макро- и микроэлементный анализ волос в практике врача. // Электронный ресурс // Режим доступа к статье: [http://eyecenter.com.ua/doctor/discus\\_club/stol/miopia/04.htm](http://eyecenter.com.ua/doctor/discus_club/stol/miopia/04.htm)
5. Мосин О. Медицина: о физиологическом воздействии наносеребра на организм человека <http://.//> Электронный ресурс // Режим доступа к статье: [nauka.izvestia.ru/blogs/article83905.html](http://nauka.izvestia.ru/blogs/article83905.html)
6. Некрасов Б. В. Основы общей химии. 3-е издание, исправл. и дополн. Т. 1-3, М.: Изд-во «Химия», 1973. - 656 с.
7. Нервные болезни. Учебник для студентов медицинских институтов. / Под ред. Яроша А.А. — К.: Вища школа, 1985. – 463 с.
8. Обухова Л. А. Белково-витаминный комплекс «Кедровая сила». 3-е изд., дополн. // Гл. Минеральные вещества. Новосибирск.: Изд-во НИИ КиЭЛ СО РАМН ООО «ДЭЛЬФА», 2008
9. Рипан Р. Четяну И. Неорганическая химия. Том 2. Химия металлов. Пер. с румынского. М.: Мир, 1972. – 872 с.
10. Самосюк И.З., Лысенюк В.П. Акупунктура. Энциклопедия. – К.: Украинская энциклопедия им.Бажана М.П.; М.: АСТ-Пресс, 1994. – 534 с.
11. Тыкочинская Э.Д. Основы иглорефлексотерапии. М.: Изд-во «Медицина», 1979
12. Ходжкин А. НЕРВНЫЙ ИМПУЛЬС. Пер. с англ., М., 1965;
13. Экклс Дж. Физиология нервных клеток. Пер. с англ., М.: Иностранная литература, 1959.- 298 с.
14. Гаваа Лувсан. Традиционные и современные аспекты восточной рефлексотерапии. М.: Наука, 1986. 576 с. – стр. 28 – 36.

## СОДЕРЖАНИЕ

Введение.....	2
Возможности аппликатора Ляпко.....	5
Теоретические аспекты поверхностной многоигольчатой терапии аппликаторами Ляпко.....	6
Механизмы действия аппликаторов.....	9
Основы рефлекторной диагностики.....	14
Как устроен аппликатор Ляпко?.....	16
Разнообразие продукции Ляпко.....	17
Отличия аппликаторов-пластин от валиков.....	24
Как работать с аппликатором?.....	24
Длительность воздействия.....	26
Показания к применению.....	26
Противопоказания к применению аппликаторов.....	28
Дезобработка Устройств аппликационных Ляпко.....	28
Рекомендации по применению аппликаторов Ляпко.....	29
Аппликационная терапия во время беременности.....	32
Схемы воздействия аппликаторами и валиками при различных заболеваниях.....	35
Аппликатор «Ромашка-М».....	55
Аппликатор-пояс.....	56
Пояс «Волшебная лента «Здоровье».....	56
Аппликационные валики.....	58
Мячик игольчатый.....	60
Пояс универсальный М.....	67
Массажер «Фараон».....	69
Противопоказания.....	74
Аппликатор в вопросах и ответах.....	74
Результаты применения аппликаторов Ляпко.....	78
Литература.....	83