

## ДОСВІД РЕФЛЕКСОТЕРАПІЇ ПРИ ЛІКУВАННІ ХВОРИХ З СЕРЦЕВО-СУДИННИМИ ЗАХВОРЮВАННЯМИ

■ Г. М. Сухомлин, Ж. І. Примушко

■ КЗ «Кіровоградський обласний кардіологічний диспансер»

Серцево-судинні захворювання є нагальною проблемою, адже дві третини українців вмирають від цих хвороб. Рефлексотерапія – це метод терапії, який добре поєднується з медикаментозною терапією, деякими фізіотерапевтичними методиками, масажем, ЛФК. Вона дозволяє покращити якість життя, сприяє психологічному комфорту, покращанню кровопостачання, обміну речовин, трофіки, гальмує біль. Основний контингент хворих диспансеру – ІХС, ГХ, НЦД з астеноневротичним синдромом, наслідками ГНМК. Через те, що більшість хворих складають люди похилого віку, практично всі вони мали супутні захворювання, зокрема такі, як захворювання опорно-рухового апарату, остеохондроз, ожиріння та інші.

За 2013 рік відпущено 4267 процедур 501 особі віком від 20 до 77 років: на гіпертонічну хворобу – 160 осіб, НЦД – 23 особи, невралгію трійчатого нерва – 2 особи, неврит лицьового нерва – 5 осіб, ГНМК – 5 осіб, наслідки ГНМК – 18 осіб, клімактеричний синдром – 6 осіб, бронхіальну астму – 5 осіб, цукровий діабет – 16 осіб, остеохондроз – 75 осіб, гострий інфаркт міокарда – 5 осіб, ІХС – 186 осіб. Майже в усіх хворих відмічено позитивний ефект лікування.

Лікування проводилося як на енергетичному, так і на емпіричному рівнях. Цікавими є деякі прийоми регіонарної акупунктури, які здійснювались згідно з таблицями діагностичного представництва функціональних розладів по А. Т. Огулову «Азбука масажу».

В залежності від ведучого симптому та болю, які визначені при пальпації зони, проводиться акупунктура за типом великого уколу (локалізація болю справа і зліва перед зоною та поза зоною).

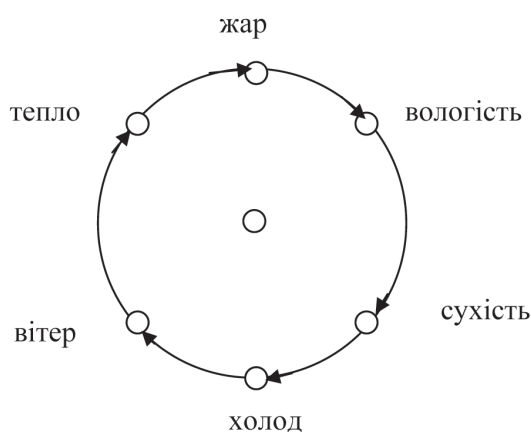
Або інший шлях регіонарної методики: використання акупунктури по колу, Пак Чже Ву вважає, що кругла форма лежить в основі фізичного існування, вона має в собі в потенціальному вигляді всі можливі матеріальні форми (атом, яйце, насіння, нирка, клітина, яйцеклітина, голова, око, долоня, наколінник, грудна клітина, лобна кістка та багато паренхіматозних внутрішніх органів – мають круглу форму).

Це регіональне лікування по колу з успіхом використовується мною для зняття больового синдрому в наступних ділянках: серце, легені, колінний суглоб, кишечник тощо.

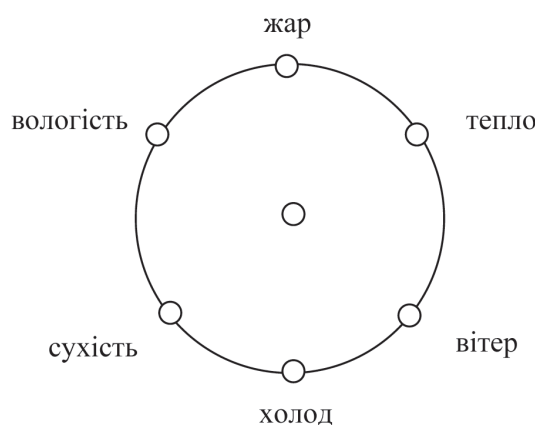
Лікування проводиться наступним чином – місце ураження окреслюється колом. Верхня точка кола – точка жару, нижня точка кола – точка холоду. Точки енергії розташовуються між ними.

Приклад: ішемічна хвороба серця – це хвороба з недостатньою енергією, на передній поверхні грудної клітки циркуляція енергії їнь по годинниковій стрілці, на задній – навколо лопатки янь циркуляція проти годинникової стрілки.

При непереносимості голкотерапії використовується лазеротерапія на біологічні точки. Використовуються аплікатори Ляпка (люмбалгія) при супутніх хворобах у хворих гострим інфарктом міокарда, як методи, що не



Інь поверхня



Янь поверхня

створюють навантаження на організм, мають досить вражаючий антибольовий ефект.

Отже, рефлексотерапія – дієвий метод лікування при серцево-судинних захворюваннях, що добре переноситься хворими, вона поєднується з фізіотерапевтичним ліку-

ванням, масажем та ЛФК. Застосування регіонарної акупунктури дає швидкий знеболювальний ефект. У хворих середньої важкості та хворих з інфарктом міокарда при супутніх захворюваннях можливо застосовувати аплікатори Ляпка.



### ПРИМЕНЕНИЕ АРОМАТИЧЕСКИХ МАСЕЛ В ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОЙ ЗАЩИТЕ ЧЕЛОВЕКА ДЛЯ СНЯТИЯ НЕГАТИВНЫХ ПОСЛЕДСТВИЙ ДИСТРЕССА

■ Э. Д. Крамар

■ Научно производственное предприятие «ПАВА», г. Киев

Сегодня в силу различных причин, возникших в украинском обществе, все больше людей жалуется на проблемы со сном, подавленное настроение, излишнюю раздражительность, страх и т.п. Наша жизнь переполнена раздражающими факторами, которые провоцируют постоянные психические, физические и эмоциональные перегрузки. Такая затянувшаяся стрессовая ситуация сильно напрягает наш организм и в результате он уже не может адекватно реагировать на стрессовые факторы.

Как правило, стресс – это естественный, адекватный ответ нашего организма на излишнее напряжение и эмоциональные перегрузки. Стресс, часто повторяющийся и затянувшийся во времени, является уже чрезмерным стрессом – дистрессом. Дистресс лишает организм приспособительной способности, держит его в постоянном напряжении, разрушает наше здоровье, а также провоцирует развитие ряда психосоматических расстройств – различных неврозов, предшественников депрессии.

Невроз – болезнь адаптации, результат срыва приспособительных механизмов после того, как исчерпаны все резервы противостояния стрессу. Основными симптомами неврозов являются: снижение работоспособности, повышенная эмоциональная мобильность, состояние страха, тревожность, агрессивность. Резко усиливается зависимость самочувствия от метеоусловий, наблюдается повышенная утомляемость, ослабевает половая потенция, снижается внимание и память, нарушается сон. Для неврозов характерны также симптомы вегетативных нарушений – нарушение сердечного ритма, скачки артериального давления, затрудненность дыхания, непостоянность температуры тела, повышенная потливость.

Ароматерапия способна смягчить все эти проявления, а самое главное, она является одним из тех эффективных методов, которые способны усилить адаптивные возможности организма (стрессоустойчивость) в комплексе с другими холистическими оздоровительными методиками. Воздействие масел на организм происходит постепенно, мягко. Известно, что из всех ощущений обоняние является

наиболее чувствительным и быстрее всего переносящим в мозг внешнее раздражение. Хеморецепторы, расположенные в верхней части носовой перегородки, вступают в контакт с летучими молекулами пахучего химического соединения. Далее импульс в виде электрического разряда обрабатывается с помощью обонятельных луковиц и уже в форме готовой информации мгновенно поступает к мозговому центру, включая две его основные реакции – ассоциативную и рефлекторную, которые позволяют всколыхнуть эмоциональную память и воздействуют на всю ЦНС. Такое взаимодействие позволяет снять излишнее напряжение с нервной системы, ослабить чувство тревожности, отвлечь от непрерывного потока негативных мыслей, расслабить тело и т. д. Практический опыт работы с пациентами показывает, как в течение 15-30 минут после дегустации ароматов меняется настроение человека, его физиологические реакции: некоторые начинают зевать – идет процесс расслабления, другие чувствуют тонус и ощущают прилив сил. Так, масло герани бурбонской (*Pelargonium graveolens* var. *bourbon*) напомнило одной издерганной, раздраженной женщине счастливое детство с вареньем из черешни. Через 30 минут это была уже уверенная в себе, спокойная женщина, вполне счастливая. В другом случае аромат масла липы (*Tilia cordata*) смог переключить рассорившихся супругов на более конструктивный диалог. Однако, неправильно подобранные ароматы могут вызвать обратные реакции.

Для защиты от стресса и для восстановления сил можно использовать различные аромаформы: массажные аромасмеси (микс жирных и эфирных масел), лечебную парфюмерию (масляные и спиртовые духи), аромакомпозиции (микс 100 % эфирных масел) для ингаляций – холодных и горячих. Для этих целей подходят многие ароматы, но наиболее сильными среди них являются масла: ладана (*Boswelliacarteri*), мирры (*Commiphora abyssinica*), валерьяны (*Valeriana officinalis*), нероли (*Citrus aurantium*), нарда (*Nardos tachysjat amansi*), розы (*Rosa damascene*), сандала (*Santal umalbum*), Melissa (*Melissa officinalis*), жасмина