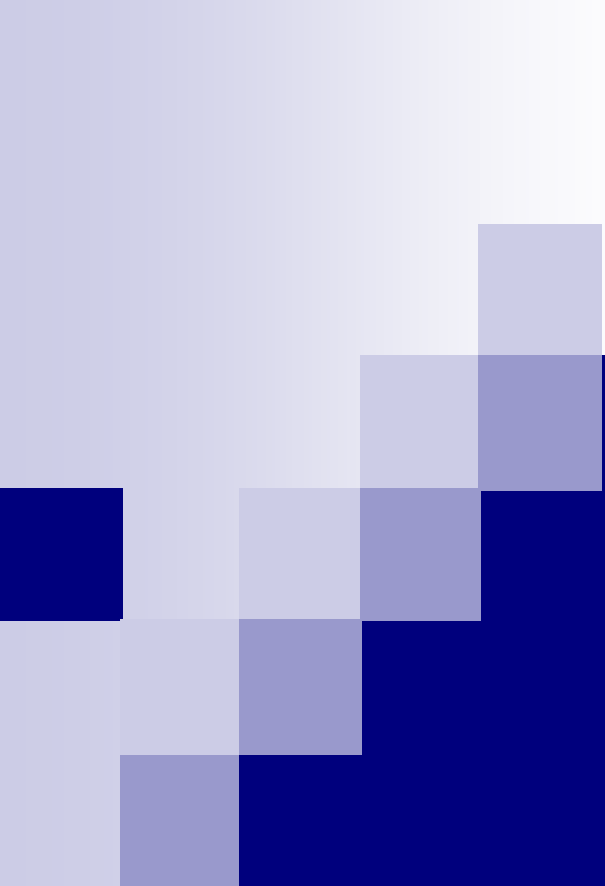




Сучасний погляд на мануальні методи фізичної реабілітації

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

Малахова Світлана Миколаївна



Багаторічний досвід застосування фізико-хімічних чинників в лікувальній практиці, наукові дослідження по обґрунтуванню їх використання в медицині і виявленню механізму дії дали нові факти і спонукали до розвитку нових напрямків в медичній реабілітації.

Сучасна медицина

*вузька
спеціалізація*

*добре розвинена
фармакотерапія*

*високі
досягнення
хірургії*

**фармакологічна
перенасиченість”**

**оперативне
втручання**

**Фізична
реабілітація**

**“Альтернативна
медицина”**
*(complementary methods,
«доповнюючі методи»)*



Значна частина прийомів і методів альтернативної медицини заснована на світоглядних позиціях і національних архетипах, багато в чому обумовлених специфічними природно-географічними, етно-культуральними, соціально-економічними чинниками.

Глобалізація і інформаційний прогрес сприяють зростанню інтересу до природних методів, що сформувалися в самих різних куточках нашої планети.

В рамках інтеграційних тенденцій, паралельно строгим стандартам доказової медицини, стають все більш привабливими оздоровчі системи Сходу, а також традиційні школи європейської натуропатії.

Застосування комплементарних методів

Ефективне
використання
діапазону
лікування

Ефективне
використання
діапазону
методів
профілактики

Підвищення якості життя людини,
його творчого і духовного потенціалу

Переваги використання мануальних методів у фізичній реабілітації:

- ✓ відсутність обмежень за віком;
- ✓ мінімум протипоказань;
- ✓ відсутність побічних ефектів;
- ✓ безболісність;
- ✓ зручність проведення;
- ✓ універсальність;
- ✓ поліпшення настрою.

Ефекти мануальних методів фізичної реабілітації

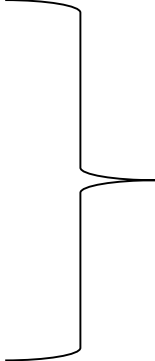
- ✓ швидкий знеболюючий ефект,
- ✓ поліпшення мікроциркуляції,
- ✓ міорелаксация,
- ✓ регуляція тону судин і температури тіла,
нормалізація і регуляція функції репродуктивних органів,
- ✓ седативний і антидепресивний ефекти,
- ✓ активація імунних відповідей організму,
- ✓ регуляція маси тіла,
- ✓ купірування абстинентного синдрому і інші порушення на різних рівнях функціональних систем організму.



Основи рефлексотерапії

Основні мануальні методики

- ✓ голковколювання,
- ✓ термопунктура,
- ✓ багатоголковий масаж,
- ✓ акупресура,
- ✓ магнітопунктура,
- ✓ металопунктура,
- ✓ сонопунктура,
- ✓ фотопунктура,
- ✓ електропунктура



фізіопунктура



Голковколювання (голкотерапія, рефлексотерапія (РТ), акупунктура - від лат. аси - голка, punctio - колоти) і припікання - чжень-цзю-терапія) - методи лікування, що виникли в народній медицині Сходу.

Перевагою рефлексотерапії є простота процедури, економічність і відсутність будь-яких ускладнень, в т.ч. алергічних реакцій. Рефлексотерапія успішно комбінується з медикаментозною терапією, фізіотерапевтичними процедурами, психотерапією, тобто є повноцінним компонентом комплексного лікування і медичної реабілітації хворих.

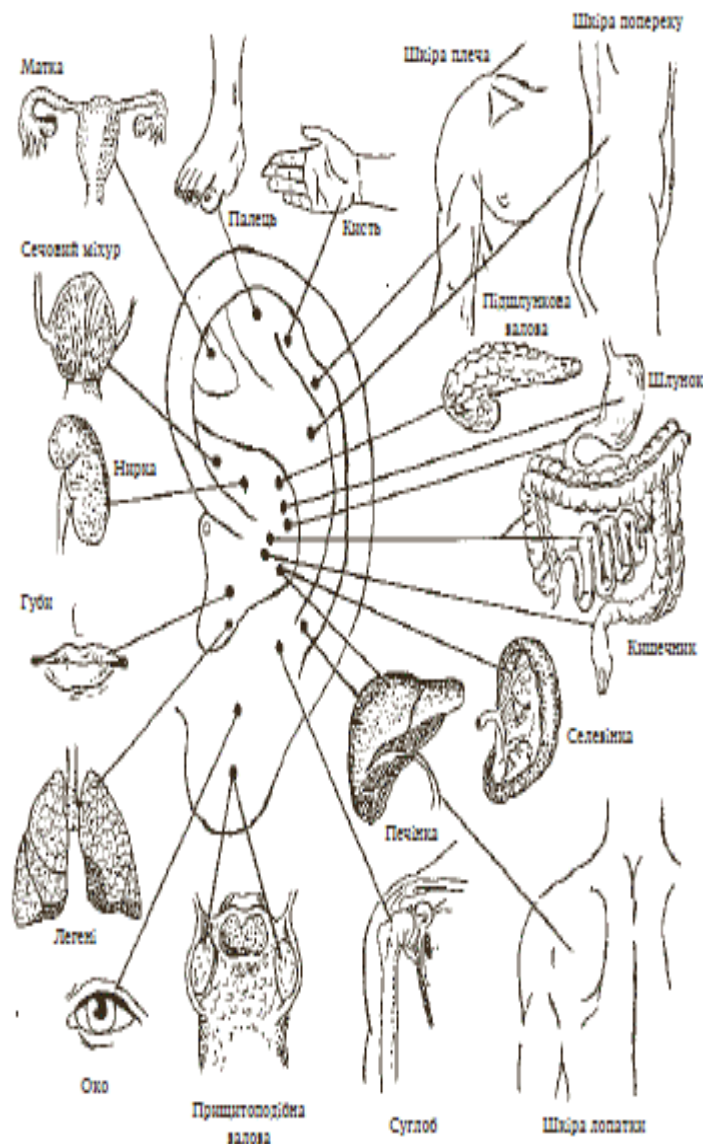
Має виражену антистресову та десенсибілізуючу дію.



Одним з головних понять акупунктури є точка акупунктури (ТА) або біологічно активна точка (БАТ). Поняття «точка» - термін європейський, втім, широко застосовуваний і східними авторами.

Воно не ідентично геометричному визначенню точки. Площа її на шкірній поверхні досягає від 10-х часткок мм до декількох см і здатна змінюватися в окремих точках при різних фізіологічних станах.

Нині відомо вже більше 1000 точок, в т.ч. класифікованих за ознакою меридіана або позамеридіанних точок.



Переважає кількість точок — це місця виходу на поверхню нервових волокон і спеціалізованих рецепторів, а сама точка являє собою певну зону шкіри, через яку можна вводячи голку під певним кутом і на певну глибину, потрапити в скупчення нервових елементів

Термопунктура (припікання, мокса-терапія) - особливий підхід до нагрівання певних точок на людському тілі. У Китаї термопунктура розглядається як рівноцінна акупунктурі терапія.

Для термопунктури використовують джерела тепла з обмеженою за площею термічною дією дистанційного та контактного типів.



Прикладом дистанційної термопунктури може бути прогрівання за допомогою полинних сигар - один з найбільш зручних видів термопунктури.



При стабільному впливі тепловипромінювач встановлюють на такій відстані від поверхні шкіри в зоні акупунктури, щоб хворий відчував сильне тепло в цій зоні. Тривалість процедури 5-10 хв. и більше. Ефект: виражена подразнююча дія.

Переривчастий вплив полягає в ритмічному наближенні до точки акупунктури і видаленні від неї тепловипромінюючого джерела. Тривалість процедури 2-5 хв. Ефект: слабка подразнююча дія.

Погладжуючий тип впливу передбачає прогрівання не тільки акупунктурної, але і порівняно більшої зони шляхом безперервного пересування тепловипромінювача на близькій відстані, паралельно ділянці шкіри, яка прогрівається.

Кріопунктура - кріогенна (холодова) дія на акупунктурні точки спеціальними металевими конусами, в які вкладають лід. Іноді використовують розсіювання спеціальних розчинів. Кріопунктуру хворі переносять легко.

Метод ефективний при больових синдромах, спастичних парезах, гіпертонічній хворобі. У педіатричній практиці застосування кріопунктури більш доцільно при ДЦП для зниження високого тону м'язів.





Термопунктура - безпечний метод, однак його слід обережно застосовувати в ділянках обличчя, шиї, потилиці, поблизу великих судин, волосистих частин тіла. Термопунктура особливо показана в дитячій практиці, а також ослабленим хворим і людям похилого віку. Більш доцільно її проведення при хронічних захворюваннях, в холодні і вологі пори року. Цей метод ефективний при шкірних захворюваннях, особливо з явищами ексудації (наприклад, мокра екзема), при алопеції.



Багатоголковий масаж - подразнення пучком голок (мей-хуа-чжень). Цей метод менш болісний ніж голкотерапія, його легко дозувати. Слабке подразнення не супроводжується вираженим відчуттям болю, після процедури на шкірі відмічається легка, нестійка еритема.

Середнє подразнення супроводжується незначним болем, який проходить одразу після сеансу, але характерна більш значна і стійка еритема.

Сильне подразнення супроводжується відчуттям болю, в місцях впливу, крім стійкої еритеми, спостерігаються точкові крововиливи, що зникають через декілька днів.



Варіантом багатоголкового подразнення є *голкоаплікація* – вплив на певні зони шкіри за допомогою накладання гнучких пластин різного розміру з закріпленими на них голками.

Перевагою використання методу подразнення пучком голок і голкоаплікатором є можливість його проведення в домашніх умовах після короткого курсу навчання.

Ефект: загальностимулююча, седативна, вегетативно-трофічна дія.



Акупресура (*точковий масаж*) - подразнення механорецепторів шляхом пальцевого натискання (пресації) чи за допомогою різноманітних масажерів - магніто-ебонітових паличок, або конусів в зонах акупунктури.

Точковий масаж може застосовуватися самотійно, або бути компонентом загального масажу.

Він має високу ефективність як загальнозміцнюючий та знеболюючий засіб і може бути рекомендований для виконання самим хворим або його близькими в цілях профілактики.



Фізіопунктура (пунктурна фізіотерапія) – метод, в якому лікування пов'язане з використанням чинників для впливу на біологічно активні точки організму (БАТ).

Механізм дії пунктурної фізіотерапії полягає в складних рефлексорних (місцевих, сегментарних, підкорково-коркових) реакціях, що залучають центральні відділи головного мозку, в т. ч. ретикулярну формацію, підкорково-стовбурові структури, лімбічну систему та коркові утворення.

У фізіопунктурі, поряд із класичною голкотерапією (рефлексотерапією), розвиваються нові методичні підходи (органний, невральний, метамерно-рецепторний тощо), суттєво збільшилася кількість чинників, що впливають на точки акупунктури: електропунктура, лазеропунктура, КВЧ–пунктура і ін., що й дало підставу для загальної назви цих методик – “фізіопунктура”.



Магнітопунктура – лікувальний вплив на точки акупунктури накладанням мікромагнітів, зазвичай вище і нижче за зону локалізації болю або на найбільючіші ділянки тіла.

Особливості дії: протизапальна, протинабрякова, судинно-трофічна; покращує мікроциркуляцію та реологічні властивості крові.





Металопунктура - застосування різних металевих пластин з накладанням їх на “хворі місця”.

Використовують мідні, срібні, рідше сталеві і пластини з інших видів металів.

За розмірами і товщиною вони бувають різними (розміри пластин визначають залежно від зони їх накладання).

У Франції, наприклад, використовується срібна фольга, в Японії – накладання металевих кульок діаметром 10-30 мм на точки акупунктури (звичайно після голковколівання).

Лікувальний ефект у разі використання металевих пластин пояснюється виникненням мікрострумів між шкірою (на її поверхні заряд “-“) і металом (“+”).

Показання найрізноманітніші, але найчастіше метод застосовують при хронічних процесах, що супроводжуються больовим синдромом в дитячому і старечому віці.



Різновидом металопунктури є *цубо-терапія* - спосіб продовженого впливу на механорецептори накладанням й фіксацією у зоні акупунктури кульок із нержавіючої сталі діаметром 1-3 мм.

Для підсилення терапевтичного ефекту хворий має періодично натискати на кульки. Кульки накладаються на точки, в які вводилися голки після їх виведення.



Ультрафонопунктура – застосування високочастотної акустичної енергії на точки акупунктури, що створюється ультразвуковими приладами. Використовують ультразвук з частотою, звичайною у фізіотерапевтичній практиці: 0,8-2,7 мГц, потужність 0,1-1 Вт/см².

В останні роки використовується для впливу на акупунктурну точку низькочастотний ультразвук частотою 22, 44, 60 і 100 кГц. При цьому високочастотний УЗ (2,7 мГц) використовується для тонізації необхідних точок, середньочастотний (0,8 мГц) – для гармонізації і низькочастотний (22-100 кГц) – для седативного впливу.



У механізмі дії ультразвуку на організм людини основне значення мають:

- механічний ефект, що викликається змінним акустичним тиском;
- тепловий ефект, пов'язаний з перетворенням в тканинах акустичної енергії на тепло;
- фізико-хімічний ефект, зумовлений дією на біохімічні і біофізичні процеси.

Особливості дії: протизапальна, знеболююча, розсмоктуюча, загальнозміцнююча.



Фармакопунктура - проведення рефлексотерапії із медикаментозним впливом. До цього напрямку також відносяться аквапунктура (ін'єкції дистильованої води), мезотерапія (ін'єкції ліків у шкіру з косметичним ефектом), пролотерапія (ін'єкції склерозуючих речовин у суглобові тканини).

На необхідну глибину вводять тонку пустотілу голку до виникнення певних відчуттів. Потім через неї вводять лікарську речовину 0,3-0,5 мл на кожну точку. Нині існує низка модифікацій даного методу, в тому числі введення лікарських речовин не тільки в акупунктурні, а й у больові (тригерні) точки, а також у визначені метамери, залежно від патології внутрішніх органів.

Можливий *безголковий метод фармакопунктури*, що являє собою введення лікарських речовин в акупунктурну зону за допомогою механічного ін'єктора. Застосовують мікроелектрофорез різних лікарських речовин, а також обробку точки акупунктури деякими подразнюючими речовинами. Вибір речовини та її дози залежить від виду патології.





Наприклад, в разі рухових порушень застосовують прозерин, при больовому синдромі – новокаїн. Мікроін'єкції блокаторів Ca^{2+} каналів значною мірою зменшують спастичність м'язів.

Взагалі, більшість ліків доцільніше вводити в БАТ (подразнюючі біогенні та ферментативні речовини, анальгезуючі, вітамінні препарати та ін.), оскільки фармакопунктура забезпечує тривалу стимуляцію акупунктурної точки при інфільтрації її лікарською речовиною.



Сонопунктура - дія на точки акупунктури звуковими хвилями різного діапазону, (метод запропонований J. Lamu, 1967) на основі теорії природних циркадних ритмів, що існують для кожного органу. Звуки в діапазоні чутливості подаються з генератора звуків на мембрану з насадженим стрижнем, що діє як камертон і стимулює звуковим масажем.

Однак вплив звуку розглядають не як механічний масаж, а як вплив різних звукових частот на відповідні органи і психіку (E. Schick, 1983): звук “до” впливає переважно на функцію шлунка, селезінки, підшлункової залози, “ре” – на жовчний міхур і печінку, “мі” не діє на певний орган, “фа” впливає на сечостатеву систему, “соль” – на функцію серця, судин і тонкої кишки, “ля” – на легені і нирки, “сі” – на функціональну систему “формування теплоти”.

Низькі звуки впливають на нижню частину тіла, високі – на верхню, в тому числі на голову. Також має значення інтервал і гучність звуків. Дисгармонія неприпустима (Е. Schick, 1983).



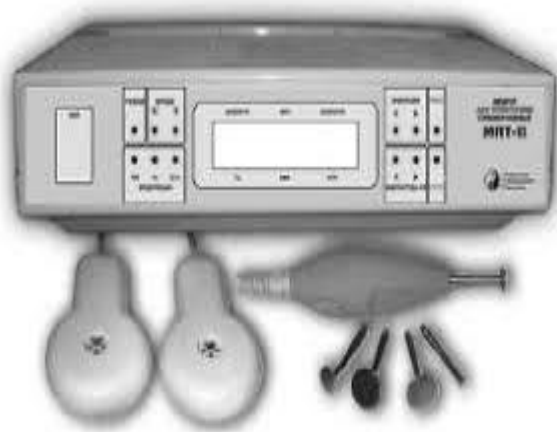
www.vitafon.ru



В теперішній час “Витафон”, який “продукує” мікровібрацію звукової частоти від 30 Гц до 15 кГц, частота автоматично змінюється протягом всієї процедури.

Методика проведення лікування близька до вібромасажу.

Електропунктура та електроakupунктура - різновиди фізіопунктури, за яких вплив на точки акупунктури здійснюється електричним струмом у вигляді поверхневої черезшкірної електростимуляції (електропунктура) і глибокої електростимуляції через введені голки (електроakupунктура).



Апаратура: «Рефлекс-301»,
«МИТ-1 ЭТ», «МИТ-1».



Основні параметри електростимуляції точок акупунктури: напруга на виході апарата не перебільшує 10-12 В, але регуляція інтенсивності здійснюється не за напругою, а за силою струму; від 0 до 500 мкА (в деяких випадках до 1-2 мА).

Використовують постійний (гальванічний), і змінний струм. За даними багатьох авторів, для ділянки голови сила струму не має перевищувати 50 мкА, а для інших ділянок – не більше 100 мкА (за умови, що пацієнт добре переносить процедуру).

Особливості дії:

- на біологічно активні точки з урахування ефекту аноду (гальмівний метод) та катоду (збудливий метод);
- загальна дія – седативна, знеболююча, загальностимулююча в залежності від сили та частоти струму.



Фотопунктура - дія на точки акупунктури різними видами випромінювання. У медичній практиці давно відмічено цілющий вплив деяких видів променевої енергії (в першу чергу сонячної) на стан організму людини:

УФ-опромінення точок акупунктури позитивно впливає на перебіг багатьох захворювань (бронхіальна астма, виразка шлунку та дванадцятипалої кишки, радикулярний синдром, захворювання шкіри, лікування гемолітичної жовтянки у новонароджених).



Лазеропунктура - вплив на акупунктурну точку лазерним випромінюванням. Для лазеропунктури найчастіше використовують малопотужні лазери, що генерують випромінювання в червоній (довжина хвилі 632,8 нм) та інфрачервоній (820-980 нм) частині спектру.

Нині впроваджуються інші види лазерного випромінювання – агронового (довжина хвилі 514,0 нм), вуглекислого (довжина хвилі 11106,0 нм) та ін. Лазеропунктура здійснюється як в безперервному, так і в імпульсному режимі випромінювання.

Орієнтовані величини щільності потоку потужності порядку 5 мВт/см² (максимально 50 мВт/см²) на одну корпоральну точку і 2 мВт/см² на аурикулярну точку.

КВЧ-пунктура - метод, при якому з лікувальними цілями на підставі традиційної східної медицини застосовують міліметрові хвилі від 1 до 10 мм. В літературі є різні назви цього методу: мікрохвильова резонансна терапія (МРТ), інформаційно-хвильова терапія (ІХТ), міліметрово-хвильова терапія (ММХТ), КВЧ-терапія. В основі МРТ лежить вплив нетепловим електромагнітним випромінюванням міліметрового діапазону.





При цьому електромагнітне випромінювання певної резонансної частоти імітує сигнали, що виробляє організм, їх вплив сприяє відновленню ушкоджених функціональних систем організму і має значний терапевтичний ефект.

Резонансний характер поглинання енергії при стимуляції БАТ визначає розвиток протизапальної, розсмоктувальної, протинабрякової, анальгетичної, регенеративної дії та ін.



Абсолютні показання до мануальних методів фізичної реабілітації

Захворювання периферичної нервової системи з чутливими та руховими порушеннями -
радикуліти, неврити, невралгії, плексіти

класична акупунктура,
електропунктура,
електроакупунктура,
лазеропунктура, подразнення
пучком голок, точковий
масажі, припікання,
цуботерапія, мікроголки



Неврози, неврастенія,
сексуальні порушення,
неврастенічні синдроми;
нічний енурез, гикавка,
логоневроз, дискинезії,
тремор та ін.

класична акупунктура,
подразнення пучком
голок, масаж точковий,
мікроголки, КВЧ-терапія

Токсикоманії,
тютюнокуріння

класична акупунктура,
електроакупунктура,
лазеропунктура



Хвороби шлунково-кишкового
тракту - функціональні
порушення стравоходу, шлунку,
кишківника, жовчовивідних
шляхів, виразкова хвороба
шлунку, 12-палої кишки

класична акупунктура,
припікання, подразнення
пучком голок,
резонансна КВЧ-терапія,
лазеропунктура, мікроголки



Хвороби судин та системи
кровообігу - артеріальна
гіпертензія I-II стадії, ІХС I-II
ФК, гіпотонія, атеросклероз,
варикозна хвороба

класична акупунктура,
лазеропунктура,
подразнення пучком
голок, точковий масаж

Захворювання опорно-
рухового апарату, суглобів
ревматичного та
травматичного
походження

класична акупунктура,
ультразвукове опромінення,
лазеропунктура,
електропунктура, масаж
точковий, цуботерапія,
припікання, магнітотерапія



Бронхіти, бронхіальна
астма, хронічний трахеїт,
фарингіт, ларингіт,
синусит

класична акупунктура,
припікання, масаж
точковий, банковий,
мікроіглотерапія

Хвороби шкіри (екзема,
нейродерміт, свербіння
шкіри, заднього проходу,
статевих органів,
кропив'янка)

класична акупунктура,
припікання,
лазеропунктура



Неврит слухового
нерву, хронічний
вазомоторний та
алергічний риніт

класична акупунктура,
припікання

Ендокринні порушення
- цукровий діабет,
клімактеричні розлади,
тиреотоксикоз легкого
ступеня, ожиріння

класична акупунктура,
припікання, подразнення
пучком голок

Хвороби вегетативно-
нервової системи -
мігрень, хвороба Рейно

класична акупунктура,
припікання, електропунктура,
точковий масаж



Гінекологічні
захворювання -
гормональне жіноче
безпліддя, розлади
менструального циклу,
хронічний
сальпінгоофорит,
дисфункція яєчників

класична акупунктура,
припікання,
електроakupунктура,
аурикулопунктура

Відносні показання до мануальних методів фізичної реабілітації

залишкові явища
порушень мозкового
кровообігу

- класична акупунктура, подразнення пучком голок, точковий масаж

гіпоталамічний синдром
з нейроендокринними
та трофічними
порушеннями

- класична акупунктура, лазеропунктура



больові синдроми при
захворюваннях
урогенітальної сфери,
холангіт, холецистит,
хронічний панкреатит

- класична
акупунктура,
припікання

хвороба
Паркінсона,
церебральний
дитячий параліч

- класична акупунктура,
припікання, подразнення пучком
голок, електропунктура,
лазеропунктура, точковий
масаж



Дякую за увагу!