

В настоящее время уделяется большое внимание пролонгированному лечению различных заболеваний для получения наиболее устойчивой ремиссии. Для достижения медицинской реабилитации в восстановительном периоде немедикаментозные методы лечения (иглотерапия, массаж, психотерапия и лечебная гимнастика) могут использоваться месяцами и годами без каких-либо осложнений. Это связано также с тем, что постоянно увеличивается количество аллергических реакций и случаев «лекарственной» болезни, что является результатом длительного применения фармакологических препаратов.

В то же время мы далеки от мысли о том, что сегодня можно лечить тяжелые заболевания без фармакологической терапии. В основу книги положена наша предыдущая работа «Немедикаментозное лечение», которая дополнена историей метода чжень-цзю; в главу по восточному массажу добавлен линейный массаж и топография сухожильно-мышечных меридианов. В работу включен также раздел «Немедикаментозные методы лечения в спортивной медицине», что, по нашему мнению, особенно актуально при острых и хронических пред патологических и патологических изменениях при перенапряжении у спортсменов.

Особое внимание уделено психосоматическим (соматопсихическим) расстройствам, которые являются не только причиной, но и следствием многих заболеваний. В разделе «Частные вопросы восстановительного лечения» отдельно выделена глава, посвященная психосоматическим расстройствам, а в многочисленные авторские схемы для иглотерапии, прогревания и точечного массажа включены дополнительные точки акупунктуры. Это связано с тем, что в настоящее время резко возросло количество психосоматических расстройств. < , * •

Топография меридианов и точек акупунктуры описана согласно атласу «Anatomical charts of the acupuncture points and 14 meridians», изданному в Шанхае в 1976 году, а также на основании работ отечественных и зарубежных авторов. Точки акупунктуры ушной раковины изложены согласно Международной

Предисловие.....».....	3
------------------------	---

Часть I

ОБЩИЕ ВОПРОСЫ

ВОССТАНОВИТЕЛЬНОГО ЛЕЧЕНИЯ.....	5
---------------------------------	---

Глава 1. История метода чжэнь-цзю-терапии.....	9
--	---

Глава 2. Механизмы иглотерапии, прижигания (прогревания), традиционного восточного массажа.....	16
--	----

Глава 3. Топография меридианов и точек акупунктуры.....	30
---	----

Меридиан легких.....	36
----------------------	----

Меридиан толстой кишки.....	39
-----------------------------	----

Меридиан желудка.....	42
-----------------------	----

Меридиан селезенки-поджелудочной железы.....	48
--	----

Меридиан сердца.....*~.....	51
-----------------------------	----

Меридиан тонкой кишки.....	53
----------------------------	----

Меридиан мочевого пузыря.....!.....,.....	57
---	----

Меридиан почек.....	64
---------------------	----

Меридиан перикарда.....	68
-------------------------	----

w Меридиан трех частей туловища («Трех обогревателей»),.....	71
---	----

Меридиан желчного пузыря.....	75
-------------------------------	----

Меридиан печени.....	81
----------------------	----

Задний срединный меридиан.....	\$4
--------------------------------	-----

Передний срединный меридиан.....	88
----------------------------------	----

Внемеридианные точки.....-.....	91
---------------------------------	----

Голова, шея.....	91
------------------	----

Передняя поверхность туловища.....	94
------------------------------------	----

Задняя поверхность туловища.....	95
----------------------------------	----

Верхняя конечность.....	98
-------------------------	----

Нижняя конечность.....,.....	102
------------------------------	-----

«Новые» точки.....	105
--------------------	-----

Голова, шея.....	105
------------------	-----

Передняя поверхность туловища.....».....	108
--	-----

Задняя поверхность туловища.....г.....	108
--	-----

СОДЕРЖАНИЕ

Верхняя конечность.....	
Нижняя конечность.....	
Глава 4. Методика и техника иглоукалывания.....	
Подбор и сочетание точек акупунктуры.....	
Требования к иглам для акупунктуры.....	
Способы введения игл.....	
Приемы манипулирования иглами.....	
Поверхностное иглоукалывание.....	
Разновидности методов акупунктуры.....	
Аквапунктура.....	
Игнипунктура.....	
Магнитотерапия.....	
Металлотерапия.....	
Микроволновая резонансная терапия.....	
Глава 5. Прижигание (прогревание) акупунктурных.....	
Глава 6. Традиционный восточный массаж.....	
Мышечно-сухожильные меридианы.....	
Мышечно-сухожильный меридиан шоу-тай-инь.....	
Мышечно-сухожильный меридиан шоу-ян-мин.....	
Мышечно-сухожильный меридиан цзу-ян-мин.....	
Мышечно-сухожильный меридиан цзу-тай-инь.....	
Мышечно-сухожильный меридиан шоу-шао-инь.....	
Мышечно-сухожильный меридиан шоу-тай-ян.....	
Мышечно-сухожильный меридиан цзу-тай-ян.....	
Мышечно-сухожильный меридиан цзу-пшын.....	
Мышечно-сухожильный меридиан шоу-цзюе-инь.....	
Мышечно-сухожильный меридиан шоу-шан-ян.....	
Мышечно-сухожильный меридиан цзу-шао-ян.....	
Мышечно-сухожильный меридиан цзу-цзюе-инь.....	
Приемы традиционного восточного массажа.....	
Вакуум-массаж (баночный массаж).....	
Самомассаж.....	
Глава 7. Аурикулотерапия.....	
Анатомия ушной раковины.....	
Топография ушной раковины.....	
Методы исследования ушной раковины.....	
Методика и техника воздействия на точки ушной раковины.....	

Микромассаж активных точек.....	248
v Методика и техника иглотерапии в области ушной раковины.....	250
Глава 8. Некоторые классические методы психотерапии.....	252
Внушение и самовнушение.....	254
Техника лечения.....	263
Аушгенная тренировка.....	264
Техника тренировки.....	268
Влияние аутогенной тренировки на некоторые физиологические процессы.....	271
Лечебное применение.....	272
Медицинские показания и противопоказания.....	273
Психологические показания и противопоказания.....	275
Основные модификации методики аутогенной тренировки (Шульца).....	276
Аутогенная тренировка в спорте.....	280
Аутогенные разряды и побочные явления.....	290
Региональная психотерапия.....	296
Элементы психофизической лечебной гимнастики в составе восстановительного лечения.....	300
Глава 10. Элементы фитотерапии.....	322

Часть II

ЧАСТНЫЕ ВОПРОСЫ ВСЕГО ЛЕЧЕНИЯ	347
Глава 11* Болезни сердечно-сосудистой системы.....	349
Коронарная болезнь.....	349
Ишемическая болезнь.....	355
Гипотония.....	361
Глава 12* Болезни органов дыхания.....	364
Глава 13. Болезни органов пищеварения.....	375
Болезни пищевода, желудка, двенадцатиперстной кишки.....	375
Болезни кишечника.....	385
Энтериты, колиты.....	385
Болезни прямой кишки.....	394
Болезни печени и желчного пузыря.....	398
Глава 14. Болезни мочеполовой системы.....	405
Глава 15. Болезни эндокринной системы.....	413

СОДЕРЖАНИЕ

Тиреотоксикоз.....*	
Сахарный диабет.....—	
Глава 16. Болезни суставов.....	
Л Болезни суставов верхних конечностей.....	
Болезни суставов нижних конечностей.....	
Глава 17. • Гинекология.....»	
Глава 18. Болезни кожи.....~	
Глава 19. Болезни уха, горла, носа.....	
Заболевания верхних дыхательных путей.....	
Тонзиллит.....*	
Фарингит.....	
Ларингит.....	
Ринит.....w,~	
Болезни уха.....	
Глава 20. Болезни полости рта.....	
Глава 21. Глазные болезни.....*	
Глава 22. Болезни нервной системы.....>	
Некоторые болезни центральной	
и вегетативной нервной системы	
Неврозы.....*.....>»	
Неврастения.....^	
Психастения (невроз навязчивых состояний).....	
Истерический невроз.....	
Психогенные сексуальные расстройства.....	
Ночное недержание мочи (энурез).....	
Гишр1шн^зм.....;.....^	
Блефароспазм.....	
Тики.....	
Спастическая кривошея.....	
Заикание (логоневроз).....	
Писчий спазм.....	
Икота.....	
Симпатоганглиониты.....	
Ангioneвросы.....	
Мигрень.....	
Облитерирующий эндартериит.....	
Болезнь Рейно.....	
Гипоталамический синдром.....	
Болезни периферической нервной системы.....	

СОДЕРЖАНИЕ

Неврологические проявления	
остеохондроза позвоночника.....	565
Неврологические проявления остеохондроза	
шейного и грудного отделов позвоночника.....	566
Неврологические проявления остеохондроза	
поясничного отдела позвоночника.....	576
Г Заболевания нервных стволов и сплетений.....	583
Плечевой плексит.....v	583
Неврит лучевого нерва.....;	589
Неврит локтевого нерва.....	591
t ⁴ Неврит срединного нерва.....	592
* V1 Пояснично-крестцовый плексит.....	594
Н ф л ^ Неврит и невралгия седалищного нерва.....	594
Неврит бедренного нерва.....	596
Невралгия наружного кожного	
нерва бедра (болезнь Рота).....—	598
Неврит малоберцового нерва . . . —	600
Неврит большеберцового нерва.....	602
: Полиневриты и полинейропатии;.....^.....^	603
i Невралгия тройничного нерва . . .	604
;;->>^r Невралгия языкоглоточного нерва.....	610
Неврит лицевого нерва.....~	613
Й ! * ^	618
Глава 24. Некоторые проблемы	
Гюра25. Немедикаментозные методы лечения - —	
в с й ф т м н о й медицине.....	642
^ и патологические изменения	
Ш перенапряжениях.....	642
патологические и патологические изменения	
при хроническом перенапряжении.....	648
Послесловие.....	661
Приложение	
Алфавитный указатель точек акупунктуры.....—	662
Лшфггура.....—	675