

«ИП Медведев Е.В.»

Вы можете пройти обучение техникам самовосстановления с применением аппаратов «Акватон» и получить консультативную помощь при конкретных проблемах и вопросах по оздоровлению организма, записавшись на прием к нашему специалисту Медведеву Евгению Васильевичу.

Медведев Е.В. – врач высшей категории, кандидат медицинских наук, специалист по медицинской реабилитации, автор изобретений и публикаций в области восстановительной медицины.

Моб. Тел. 8-985-2318324,
e-mail:7evmed@gmail.com

Перед началом применения терапии аппаратом «Акватон» мы рекомендуем проводить некоторые специальные упражнения, описанные в ниже приведенной методике, которые посредством рефлекторного воздействия в значительной степени усиливают действие аппарата.

Методика терапевтического применения аппаратов Акватон.

1. Простатит.

Исходное положение: сидя на стуле в свободной позе. В течение 8 сек. на вдохе напрягаем мышцы промежности и заднего прохода, подтягивая их к пупку, одновременно втягиваем живот. На выдохе расслабляемся в течение 4 сек. Повторить 6-8 раз.

После выполнения упражнения прикладываем аппарат к нижней части живота.

Экспозиция 10-15 мин. Утром и вечером. Курс 8-12 сеансов.

2. Цистит.

Исходное положение: лежа на спине, ноги согнуты в коленных суставах. В течение 8 сек. на вдохе напрягаем мышцы промежности и заднего прохода, подтягивая их к пупку, одновременно втягиваем живот. На выдохе расслабляемся в течение 4 сек. Повторить 6-8 раз.

После выполнения упражнения прикладываем аппарат к нижней части живота.

Экспозиция 10-15 мин. Утром и вечером. Курс 8-12 сеансов.

3. Бронхит.

Исходное положение: Стоя, руки опущены вдоль туловища. На вдохе расправляем плечи, сводя лопатки вместе. Голова слегка запрокидывается назад. Сохраняем позу в течение 8 сек., дыхание свободное. На выдохе плечевые суставы подаем вперед, разводя лопатки на максимальное расстояние. Голова слегка наклоняется вперед. Повторить 6-8 раз.

После выполнения упражнения прикладываем аппарат к верхней части грудной клетки. Экспозиция 10-15 мин. Утром и вечером. При тяжелых хронических формах рекомендуется увеличить количество сеансов до 3 раз в день. Курс 8-12 сеансов.

4. Гипертония.

Исходное положение: сидя на стуле в свободной позе. Руки положить на область солнечного сплетения. На вдохе слегка надавить грудной клеткой на руки, удерживать давление 8 сек., дыхание свободное. На выдохе отпустить давление и расслабиться. Повторить 6-8 раз.

После выполнения упражнения прикладываем аппарат на область солнечного сплетения. Экспозиция 10-15 мин. Утром и вечером. Курс 7-10 сеансов.

5. Поджелудочная железа.

Исходное положение: сидя или стоя, кисти рук на области левого подреберья. На вдохе слегка надавить грудной клеткой на руки, удерживать давление 8 сек., дыхание свободное. На выдохе отпустить давление и расслабиться. Повторить 6-8 раз.

После выполнения упражнения прикладываем аппарат на область проекции поджелудочной железы. Экспозиция 10-15 мин. Утром и вечером. Курс 20-30 сеансов.

6. Щитовидная железа.

Исходное положение: сидя на стуле, спина прямая, ладони кладутся на лоб и фиксируют голову в среднем положении. На вдохе оказываем давление лбом на руки в течение 8-10 сек. Далее следует выдох и расслабление. Повторить 6-8 раз.

После выполнения упражнения прикладываем аппарат на область проекции щитовидной железы. Экспозиция 10-15 мин. Утром и вечером. Курс – 20-30 сеансов.

7. Головная боль (мигрень).

Исходное положение: сидя на стуле. Массируем надбровные дуги и область затылочных бугров по 30 секунд на каждую область.

Воздействие аппаратом производится на затылочную область и область лба. Экспозиция 10-15 мин. Утром и вечером. Курс – 4-6 сеансов.

8. Травмы, ожоги, трофические язвы.

Пытаемся напрячь мышцы в области поражения. Напряжение удерживанием в течение 8 сек. Расслабление 4 сек. Повторить 6-8 раз. При невозможности напрягаются мышцы противоположной стороны туловища или конечности.

Воздействие производится на травмированную область непосредственно через повязку или гипс. Экспозиция 10-15 мин. Утром и вечером. Курс 20-30 сеансов.

9. Шейный остеохондроз.

Исходное положение: сидя на стуле. Пальцы рук переплетены, ладони лежат на затылке, фиксируя голову в среднем положении. На вдохе оказываем давление затылком на руки в течение 8-10 сек. Далее следует выдох и расслабление. Повторить 6-8 раз.

Воздействие аппаратом производится на область шейного отдела позвоночника.

Экспозиция 10-15 мин. Утром и вечером. Курс 4-6 сеансов.

При длительных или хронических болях необходимо воздействие на все нижележащие отделы позвоночника равномерно в течение 5-7 мин. при каждом терапевтическом сеансе.

10. Пояснично-крестцовый радикулит.

Исходное положение: сидя на стуле с высокой спинкой. Спина прямая. На вдохе надавливаем спиной на спинку стула в течение 8-10 сек. На выдохе расслабляемся. Повторить 6-8 раз.

Воздействие аппаратом производится на область пояснично-крестцового отдела позвоночника. Экспозиция 10-15 мин. утром и вечером. Курс 4-6 сеансов.

При распространении боли на конечность, дополнительно воздействовать на заднюю или переднюю поверхность бедра в зависимости от проекции боли, в течение 5-7 мин. при каждом терапевтическом сеансе.

11. Воспалительные заболевания почек.

Исходное положение: сидя на стуле с высокой спинкой. На вдохе осуществляем давление задней поверхностью грудной клетки в районе нижних ребер на спинку стула в течение 8-10 сек. На выдохе расслабляемся. Повторить 6-8 раз.

Воздействие аппаратом производится на область проекции обеих почек.

Экспозиция 10-15 мин. утром и вечером. Курс 10-15 сеансов.

12. Межреберная невралгия.

Исходное положение: сидя или стоя. Скрестив руки, обхватываем грудную клетку. На вдохе пытаемся расправить грудную клетку, при этом удерживая ее руками в течение 8-10 сек. На выдохе расслабляемся. Повторить 6-8 раз.

Воздействие аппаратом производится на область распространения боли.

Экспозиция 10-15 мин. Утром и вечером. Курс 6-8 сеансов.

13. Отеки, боли, ограничение подвижности различных суставов при травмах (ушибах, растяжениях, переломах) и артритах, артрозах различной этиологии.

- Голеностопный сустав.

Исходное положение: сидя или лежа. В течение 1,5 мин производить легкие колебательные движения в возможных направлениях (вперед, назад, вправо, влево) в обоих суставах.

Воздействие аппаратом производится на голеностопный сустав в область болевых ощущений. Экспозиция 10-15 мин. утром и вечером. Курс 8-12 сеансов.

- Коленный сустав.

Исходное положение: сидя на стуле. В течение 8 секунд давим носком ступни на впередистоящую опору (стена, стол и др.). Расслабление 4 сек. Повторить 6-8 раз.

Воздействием аппаратом производится на область выше коленного сустава. Экспозиция 10-15 мин. утром и вечером. Курс 8-12 сеансов.

- Тазобедренный сустав.

Исходное положение: лежа на спине с выпрямленными ногами. В течение 1,5 мин совершаем колебательные движения ступнями вправо-влево.

Воздействие аппаратом производится на область тазобедренных суставов и проекции боли в области мышц бедра. Экспозиция 10-15 мин. утром и вечером. Курс 8-12 сеансов.

- Лучезапястный сустав и кисть.

Исходное положение: сидя или стоя. В течение 1 минуты совершаем легкие вращательные движения кистями обеих рук. При невозможности движений в одном из суставов, совершать вращательные движения в суставе другой руки.

Воздействие аппаратом производится на внешнюю или внутреннюю стороны сустава в зависимости от удобства пользователя. Экспозиция 10-15 мин. утром и вечером. Курс 8-12 сеансов.

- Локтевой сустав.

Исходное положение: сидя или стоя. В течение 1 минуты в локтевых суставах обеих рук совершаются легкие сгибательные и разгибательные движения с минимальной амплитудой. При невозможности движений в одном из суставов, совершать аналогичные движения в суставе другой руки.

Воздействие аппаратом производится на область выше локтевого сустава с удобной для пользователя стороны. Экспозиция 10-15 мин. утром и вечером. Курс 8-12 сеансов.

- Плечевой сустав.

Исходное положение: сидя или стоя. Руки опущены вдоль тела. В течение 1 минуты производятся легкие вращательные движения в плечевых суставах с минимальной амплитудой без подъема рук.

Воздействие аппаратом производится на область плечевого сустава с удобной для пользователя стороны. Экспозиция 10-15 мин. утром и вечером. Курс 8-12 сеансов.

14. Снятие чувства сонливости и усталости.

Исходное положение: сидя на стуле. Массируем надбровные дуги и область затылочных бугров по 30 секунд каждую область. Затем руки положить на область солнечного сплетения. На вдохе слегка надавить грудной клеткой на руки, удерживать давление 8 сек., дыхание свободное. На выдохе отпустить давление и расслабиться. Повторить 6-8 раз.

Воздействие аппаратом производится на области солнечного сплетения и затылочную область по 5-7 мин. Утром и вечером. Курс 2-4 сеанса.

15. Восстановление при интенсивном тренировочном процессе.

При восстановлении после тяжелой физической нагрузки сразу после окончания тренировки воздействие производится на области наиболее вероятные для травмирования: суставы и наиболее нагружаемые мышечные группы. Экспозиция 10-15 мин.

Рекомендуется также воздействие на область солнечного сплетения и затылочную область по 5-7 мин (антистрессорный эффект, нормализация артериального давления).

16. Аллергия.

Исходное положение: стоя или сидя. Массируем надбровные дуги, околоносовую область и область затылочных бугров по 30 секунд на каждую область.

Воздействие аппарата производится на области затылка и лицевую область в области носа. Экспозиция 10-15 мин. утром и вечером. Курс 8-12 сеансов.

17. Пищеварительный тракт.

Исходное положение: сидя в расслабленной позе или лежа на спине. На вдохе выпячиваем живот вперед, на выдохе расслабляем. Повторить 10-12 раз.

Воздействие аппаратом производится на область болевых ощущений. Экспозиция 10-15 мин. утром и вечером. Курс 4-8 сеансов.