

НАУКА и РЕЛИГИЯ



7/2023

ЕЖЕМЕСЯЧНЫЙ НАУЧНО-ПОПУЛЯРНЫЙ ЖУРНАЛ

**ОСОЗНАНИЕ СЕБЯ —
ПУТЬ К ЗДОРОВЬЮ**

**ВОСПИТАНИЕ
СИЛЬНОЙ ВОЛИ**

**КОРНИ ТРАДИЦИЙ
ИВАНОВА ДНЯ**

Остеопатия на кончиках пальцев

Продолжаем публикацию научно-популярной статьи из книги профессора Леонида БУЛАНОВА «Остеопатия на кончиках пальцев», дающей последовательные методики, полезные для любого, кто хочет быть здоров. По просьбам читателей Леонид Алексеевич публикует очередной фрагмент главы «Остеохондроз и его осложнения». Остеохондроз позвоночника – хроническое неврологическое заболевание, вызывающее дегенеративно-дистрофические изменения в межпозвонковых дисках и позвонках, что в свою очередь приводит к различным заболеваниям и патологиям.

Ортопеды и травматологи считают, что строение костной системы человека несовершенно, поэтому каждый второй житель планеты страдает болями в спине. Кто не жаловался, что болит шея, поясница, трудно наступать на ногу, болит рука?.. Встречаемость сколиоза и кифоза позвоночника выросла в два-три раза за последние годы. За мою 35-летнюю практику я видел только несколько человек со здоровым позвоночником.

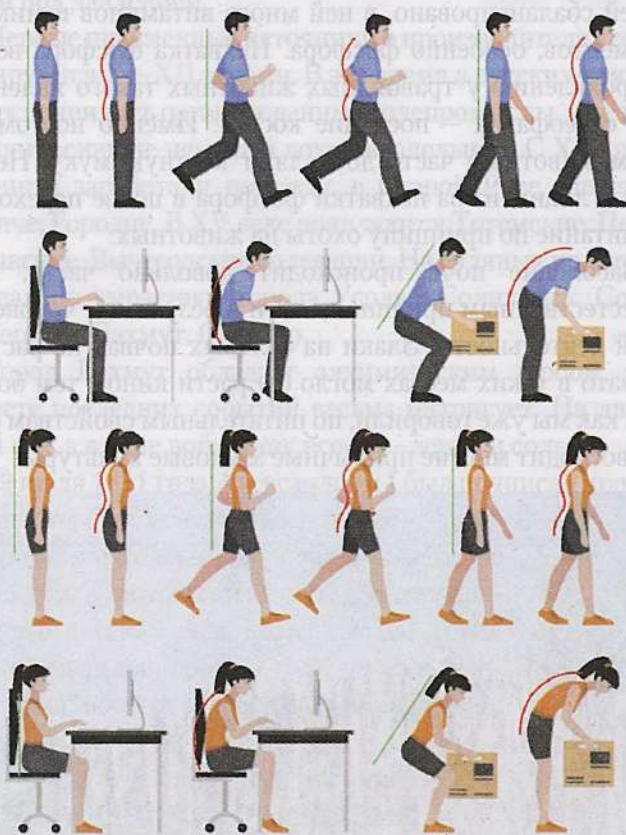
Остеохондроз – болезнь века, которая не щадит ни старых, ни молодых. Ко мне часто приходят на приём дети с заболеваниями позвоночника.

Истоком заболевания остеохондрозом является притяжение планеты, то есть притяжение Земли постепенно разрушает наш опорно-двигательный аппарат, образуются смещения или микросмещения позвоночника, периферических суставов. Физические нагрузки или травмы усугубляют состояние заболевания. Кто может исправить или вылечить повреждение? Конечно, врач – мануальный терапевт или остеопат. Чем квалифицированнее его действия, тем более положительным будет результат лечения.

Причины, способствующие развитию заболевания, и частота их выявления (количество больных с данной причиной в процентном отношении ко всем больным).

Причины, способствующие возникновению заболевания остеохондрозом позвоночника	Частота в %
1. Травма позвоночника, включая микротравму	50
2. Хроническое физическое перенапряжение позвоночника и работа в неудобной позиции, стресс, неврастения	30
3. Переохлаждение и отсутствие физических нагрузок	5
4. Сочетанная причина (физическое напряжение и переохлаждение)	5
5. Беременность и роды	5
6. Инфекция бактериальная и вирусная	7
7. Причина не установлена в анамнезе пациента. Большие временные расстояния между повреждением позвоночника и началом заболевания	3

Первые нарушения в связующей основе позвоночного столба могут появляться сразу после рождения ребёнка. Выход через родовое кольцо таза матери оказывает сильное влияние на ещё не сформировавшуюся костную структуру младенца. И так, это уже начало остеохондроза. Остеопаты считают, что при рождении ребёнка должен



На этих рисунках представлены правильная и неправильная осанка человека – при вертикальном (ортоградном) и сидячем положении, при беге и ходьбе, при поднятии тяжестей.

обязательно присутствовать специалист – остеопат, чтобы обследовать череп младенца и позвоночник и снять напряжение с позвоночника. Неправильное положение ребёнка в кровати, при сидении, стоянии приводит к дальнейшим нарушениям его костной системы.

Формирование правильной осанки нужно начинать буквально с первых месяцев жизни малыша. Это будет профилактикой остеохондроза, сколиоза (боковое искривление позвоночника) и других искривлений позвоночника. Укрепить мышечный аппарат помогают систематические физические упражнения, соответствующие состоянию и возрасту ребенка. Важно также, чтобы тело ребёнка и во время сна, и во время бодрствования занимало правильное положение. Не надо пытаться сажать его или ставить на ноги, пока он не начнёт стремиться к этому сам, а вот стремление ребёнка ползать всячески поощряйте!

Когда ребёнок начнёт учиться, много времени ему придётся проводить за письменным столом и за партой, и следует подобрать мебель, соответствующую его росту, чтобы ему не приходилось низко склоняться или, наоборот, тянуться вверх. Учебники и тетради ученикам младших классов рекомендуется носить в портфеле за спиной.

Искривление позвоночника требует упорного и длительного лечения, что под силу только опытному костоправу.

У человека, как и компьютера, есть защита от атаки вирусов.

1. Гигиена. Подразумевается не только чистота рук и тела, но и разумное избегание контактов с вирусом в окружающей среде.

2. Иммунная система. Принимает на себя атаку вируса, если он попадает



в организм. Если человек здоров, то атака вируса будет безуспешной или малозначимой и не нанесёт урон здоровью.

3. Защита от вируса, о которой говорится очень мало в медицинской научной литературе, – это убийство вируса микроэлектрическими разрядами спинномозговых нервов. Электропроводимость спинномозгового нерва составляет 60 микроампер (мкА), что достаточно, чтобы отразить атаку вируса, но если спинномозговой нерв зажат между позвонками и через него не проходят микроразряды, то вирус садится на то место, где потеряна иннервация, и даёт осложнения, так мы видим всевозможные осложнения при

различных видах вирусной инфекции. Без всякого сомнения, мануальная терапия стимулирует иммунную систему, освобождает зажатый спинномозговой нерв в позвоночнике, нормализует сердечно-сосудистую систему, ЦНС и ВНС.

Окончательный вывод один: нужно вести здоровый образ жизни и быть под наблюдением врача – мануального терапевта. МРТ-диагностика позвоночника даст экспертную оценку вашего здоровья.

Продолжение следует

ПОЗВОНОЧНЫЙ СТОЛБ



Остеопатические манипуляции на грудном и пояснично-крестцовом отделах позвоночника. Выполняет доктор Леонид Буланов. Фотографии из книги «Остеопатия на кончиках пальцев»

