

ГРИЦЕВИЧ В.В., экономический факультет, гр. Б-41,

Брест, УО «БрГТУ»

Научный руководитель – Кудрицкий В.Н., канд. пед. наук, доцент,
профессор УО «БрГТУ»

АКУПРЕССУРА КАК МЕТОД ПРОФИЛАКТИКИ И ЛЕЧЕНИЯ РАЗЛИЧНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ

Введение. Акупрессура является дальнейшим развитием акупунктуры (иглоукальвание, иглотерапия). Акупрессура не только утоляет боль, но сокращает также время болезни, устраняет нарушения функциональной деятельности органов, ликвидирует органические последствия неврозов (тревоги, беспокойства, болезни), нарушения напряжения (стрессового состояния).

Цель работы – изучить эффективность акупрессуры при профилактике и лечении различных простудных и инфекционных заболеваний. Апробировать различные варианты использования акупрессуры с целью профилактики.

Методы исследования. Проводился анализ и обобщение литературных источников отечественных и зарубежных авторов, а также опрос и анкетирование по данной проблеме.

Обсуждение результатов. Акупрессура, в отличие от акупунктуры, не причиняет ни боли от укола иглы, ни вызывает кровотечения и исключает внесение инфекции, она проста, надежна и безопасна. Наряду с основными линиями (меридианами) и испытанными точками постоянно открываются новые «специальные» точки, при воздействии на которые возникает положительный эффект при определенных расстройствах и нарушениях функциональной деятельности органов человека. Эти меридианы имеют определенные наименования: «Большой сердечный» - мастер сердца; «Трехстепенный обогреватель» или «Меридиан-губернер». Таким образом, при использовании акупрессуры с целью профилактики различных заболеваний мы можем получить достаточно большой эффект.

Выводы. Для достижения эффективности лечения необходимо знать, где расположена определенная точка и время воздействия на нее. В настоящее время человек страдает от перевозбуждения, перенапряжения и стрессов. Следствием этого является истощение организма, подавленное состояние, сердечная недостаточность, недостаточность кровообращения, гипотония и холодность. Акупрессура является средством, с помощью которого человек может защитить себя от всякого рода стрессов. Она восстанавливает равновесие нервной системы.