



*Ваше здоров'я у Ваших руках!*

**ПРИСТРОЇ АПЛІКАЦІЙНІ  
ЛЯПКА**

**методичні рекомендації**



**Ляпко Микола Григорович**  
**президент ТОВ «Ляпко»**

*Всі пацієнти носять у собі внутрішнього лікаря. Вони приходять до нас, не знаючи цієї істини. Ми чинимо найбільш успішно тоді, коли даємо шанс діяти цьому лікарю.*  
Альберт Швейцер

*Для ефективного ввімкнення нашого внутрішнього лікаря потрібно створити позитивний стрес, що тренує, для трьох найголовнішим систем.*

*Руху – у бік збільшення за допомогою фізичних вправ, аж до знемоги. Ми створюємо цей стрес за допомогою багатоголкових аплікаторів, тисячами, десятками тисяч голк впливаючи на рецептори шкіри, пов'язані з внутрішніми органами і системами людини.*

*Харчування – припинити або обмежити надходження їжі шляхом голодування, у тому числі і сухого. А після такого лікування краще перейти на вегетаріанську їжу, бажаний індивідуальний підбір кількості і виду продуктів.*

*Стрес у системі дихання – обмежити надходження зовнішнього кисню і включити ендогенне дихання. Застосовувати дихальний тренажер Ляпко для гімнастики, що створює на вдиху розрідження, а на видиху – підвищення легеневого тиску.*

*При наявності цих трьох компонентів організм вмикає ендогенні (внутрішні) джерела живлення і дихання, вмикає свого внутрішнього лікаря і стає на шлях оздоровлення й омолодження.*

*Гармонійний стрес, що тренує – істинний шлях до здоров'я і довголіття!*

## Шановні читачі!

Ви тримаєте в руках видання, присвячене Вашому здоров'ю! На його сторінках ми познайомимо Вас із простим, але ефективним способом забути про біль, не допустити його появи. Ми представимо Вам велике сімейство аплікаційних пристроїв Ляпко (далі за текстом – «аплікатори Ляпко») і познайомимо зі специфікою їх застосування. Наші аплікатори призначені для широкого використання у комплексній терапії та профілактиці різних захворювань і патологічних станів. Ви переконаєтеся, що це чудовий засіб для укріплення та збереження здоров'я.

Взявши за основу цілющий китайський метод голковколювання (впливу на біологічно активні точки і зони пучком голок), ми застосували унікальну технологію виготовлення багатоголкових аплікаторів із різних металів і металевих покриттів, оригінально розташували їх у певному порядку на гумовій основі. Це сприяло збільшенню і різноманітності чинників впливу на шкірні покриви і підвищенню терапевтичного і оздоровчого ефекту.

Вашій увазі ми пропонуємо для обговорення теми, пов'язані з використанням технік оздоровлення та профілактики хвороб, основаних на застосуванні аплікаційної терапії.

Головна мета книги – навчити Вас бути здоровими. Прикладними завданнями ми вважаємо необхідність розповісти про можливості аплікаторів Ляпко, описати механізм їх дії і будову, допомогти розібратися в специфіці використання окремо взятих видів аплікаторів.

Вірю, що, прочитавши цю книгу, Ви переконаєтеся: аплікатори діють ефективно і безвідмовно, дають реальне повернення сил і енергії, зміцнюють дух і тіло, ведуть до здоров'я, гармонії та щастя!

Плакаю надію, що книга викличе інтерес і буде добрим супутником кожного, хто прагне як можна довше зберегти найцінніше, що є у нас в житті – здоров'я! Адже, як кажуть мудреці, здоров'я – це не все, але все без здоров'я – ніщо!

Щиро сподіваюся, що, прочитавши цю книгу, Ви самі оберете свій шлях до здоров'я, довголіття та щастя! Адже багато головних сторінок життя не було написано саме через недбале ставлення до здоров'я.

Президент ТОВ «Ляпко»  
лікар-рефлексотерапевт  
вищої категорії,  
кандидат медичних наук М.Г. Ляпко

## ВСТУП

Життя – це рух. Рух тіла, рух думок. Для здійснення цього руху потрібні їжа та повітря. Гранично просто, але й гранично складно. Особливо в сучасному «цивілізованому» суспільстві, де ці складові, як правило, розрегульовані.

Ще в давнину наші предки для того, щоб жити, постійно рухалися. У русі вони добували їжу – займалися боротьбою, полюванням, багато працювали фізично. Біг, плавання, силові вправи були природною складовою їх побуту. Вони, на відміну від нас, не знали, що таке гіподинамія (недолік руху). Активно контактуючи з водою, землею, природою, наші прабатьки несвідомо впливали на всі рецептори, розташовані на шкірі, включаючи у дію різні групи м'язів і нервових центрів. В результаті цього, за рахунок виділення природних внутрішніх власних «ліків», відбувався активний захист від хвороб і хворобливих «патологічних» станів.

Сучасна людина, користуючись всілякими «благами» цивілізації, веде нездоровий малорухливий спосіб життя. Додамо до цього регулярні стресові впливи навколишньої дійсності і незбалансоване харчування, що часто приводить до переїдання. Багато хто сьогодні забуває просте, але вірне правило: помірність у їжі – запорука здоров'я та довголіття. Не дарма давні мислителі говорили: «Ненажера риє собі могилу зубами».

Особливо небезпечне переїдання в наші дні, коли витратити «зайві» кілограми набагато важче, ніж придбати. Якщо кількість їжі, що надійшла до організму, перевищує його енергетичні потреби, харчовий (аліментарний) жир не розщеплюється і не йде на покриття енергетичних витрат організму, а накопичується у вигляді жирових відкладень. Гіподинамія сприяє уповільненню процесів життєдіяльності і призводить не тільки до ожиріння і жирового переродження органів і тканин, але й до виникнення цілого спектру захворювань. Сумнівна «популярність» атеросклерозів, гіпертоній, гастритів і цукрового діабету вагомий тому доказ.

Для поповнення нестачі рухової активності і запобігання негативних наслідків гіподинамії в умовах сучасної цивілізації просто необхідно застосовувати методики, засоби чи прилади, які чинять профілактичну і терапевтичну дію на організм.

Потужним, унікальним і з безліччю оздоровчих лікувальних можливостей компенсатором гіподинамії є УАЛ у різних його модифікаціях: пластини, валики, аплікаторні пояси, стрічки та костюми.

Цілющі голки аплікаторів складаються з необхідних для організму металів: заліза, міді, нікелю, цинку і срібла, а при необхідності, інших металів, у різних корисних поєднаннях. Висока лікувальна ефективність досягається не тільки за рахунок рефлекторно-механічного впливу, але і за рахунок гальванічних струмів, що виникають у шкірі, на вістрях і між голками, і виборчого мікроелектрофорезу металів або їх окиснів у внутрішньому середовищі організму.

Багаторічні дослідження в лабораторіях лікаря вищої категорії Миколи Григоро-

вича Ляпко дозволяють констатувати цілющі властивості аплікаторів для боротьби з різними порушеннями, хворобливими станами і захворюваннями (частина з яких викликана гіподинамією). Головна умова – періодичне використання 1-2 рази на день протягом 10-25 днів.

Ще одна новаторська технологія Ляпко – оздоровчий метод, що розкриває надможливості людини. Це технологія інтенсивного включення ендогенного дихання для вироблення великої кількості імунних (захисних) речовин із використанням вже наявного внутрішнього кисню, що знаходиться переважно в жировій тканині.

Цей метод полягає в укладанні пацієнта на безліч аплікаторів або в обмотуванні його з голови до ніг (в тому числі і обличчя) аплікаційними стрічками. При цьому слід накрити пацієнта з головою двома-трьома ковдрами (на голову краще надіти великий прозорий поліетиленовий пакет з маленьким отвором для обміну повітря або інший обмежувач надходження кисню з повітря, наприклад, напівгерметичну «Дихальну піраміду Ляпко»).

Інші способи: тривала затримка (управління диханням) протягом 3-5 годин за методом К. П. Бутейко, сон, накрившись двома-трьома ковдрами з головою, та інші методи управління диханням з метою його уповільнення. Це дозволяє активізувати кисень, що входить до структури жиру, і включити механізм згоряння цих жирів із використанням власного внутрішнього (ендогенного) кисню жирової тканини з залученням в реакцію лише невеликої кількості зовнішнього, який вдихається з повітрям (екзогенного) кисню.

Це можливо лише в тому випадку, якщо ми, затримуючи (зменшуючи) дихання або перешкоджаючи втраті вуглекислого газу (за допомогою дихальної піраміди, дихального скафандра, перфорованого мішка, резервуара повітря навколо голови і тулуба при укрітті 2-3 ковдрами без щілин), зберігаємо нашу внутрішню, надзвичайно корисну вуглекислоту у вдихуваному повітрі в концентрації 0,5-3% (замість звичайних 0,03-0,1%), що, відповідно, дозволяє підтримувати концентрації CO<sub>2</sub> 6-6,8% в артеріальній крові так, як у здорової людини.

При частому диханні людина вивітрює CO<sub>2</sub>, і його концентрація в крові стає меншою, від цього людина страждає різними захворюваннями. При зниженні концентрації O<sub>2</sub> у вдихуваному повітрі до 14-15%, як це відбувається в горах, можна дихати часто і без шкоди для здоров'я. У звичайних умовах часто дихати шкідливо, потрібно вчитися стримувати дихання. Для цього існує багато способів і видів гіпоксикаторів (киснезнижувачів) і гіперкапникаторів (вуглекислого газопідвищувачів), в яких за допомогою регульованих отворів можна контролювати ступінь обміну повітря у камері з зовнішнім повітрям: зменшувати концентрацію O<sub>2</sub> і збільшувати вміст CO<sub>2</sub>. Наприклад: камера, що утворюється після укривання з головою 3-4 ковдрами (без щілин), надіти на голову піраміда, скафандр, пакет, в яких регулюється ступінь герметичності.

І якщо при цьому більша частина тіла пацієнта стикається з тисячами, десятками

тисяч голок різнометалоголкових аплікаторів, прискорюються обмінні процеси, посилюється імунітет, збільшується вироблення біологічно активних речовин. Завдяки аплікаторам можна довгостроково (годину, дві) лежати під ковдрою, пірамідою і т. д. – до відчуття розігріву (як після лазні).

Таким чином ми можемо отримувати необхідні концентрації O<sub>2</sub> і CO<sub>2</sub>. Експериментальним шляхом ми домагалися граничного зниження O<sub>2</sub> до 7-8% і підвищення CO<sub>2</sub> до 6-7% у вдихуваному і видихуваному повітрі. Але найбільш комфортні відчуття в учасників експерименту виникали при концентрації O<sub>2</sub> 14-16% і CO<sub>2</sub> 1-3% у вдихуваному повітрі.

Аплікатори широко застосовуються в умовах лікувальних установ, оздоровчих центрах та санаторіях. Простота застосування, безпека, висока ефективність при мінімальних зусиллях дозволяють рекомендувати аплікатори для самостійного використання в домашніх умовах.

У аплікаторів Ляпко немає аналогів у світі. Вони не мають собі рівних за силою впливу і багатофакторності, ефективності та результативності, простоти і надійності використання. Аплікатор мобілізує внутрішні ресурси, стимулює вироблення природних ліків всередині організму в необхідних фізіологічних дозах, компенсує недовлік рухової активності.

Гармонійно впливаючи на організм, аплікатор допомагає позбавитися від недуг і зміцнити здоров'я. Термін його дії необмежений. Мільйони людей у різних країнах (в Україні, Росії, Білорусі, Казахстані, в країнах Прибалтики, Східної та Західної Європи, в Америці, Австралії) з успіхом застосовують аплікатор і захоплюються його унікальністю. Він став вірним другом і захисником здоров'я як для найменших, так і для літніх людей.

Дана методика лікування аплікаторами Ляпко визнана не лише мільйонами простих людей, але і провідними фахівцями в галузі медицини. Методика лікування аплікаторами Ляпко включена в навчальні посібники для студентів і викладачів вищих навчальних закладів з фізичної реабілітації, фізичного виховання, а також для лікарів і спеціалістів зі спортивної медицини і кінезіотерапії:

Мурза В. П. Фізична реабілітація, рекомендовано Міністерством освіти і науки України, «Олан», Київ, 2004 рік, глава 9 «Нетрадиційні методи лікування. Метод рефлексотерапії за Ляпко М.Г.» стор. 321-350.

Багаторічною медичною практикою доведено, що аплікатори Ляпко діють надійно і нешкідливо. Вони стимулюють потужний викид природних «ліків» у потрібній для організму кількості і вмикають нашого «власного лікаря» для профілактики хвороб і боротьби з ними.

Не варто чекати, поки хвороба підкосить Вас, візьміть своє здоров'я під контроль. Саме профілактика хвороби – це найрозумніше лікування. Не дарма народна мудрість говорить, що потрібно доглядати за собою, в іншому випадку доведеться доглядати іншим.

**Аплікатор діє ефективно і безвідмовно, дає реальне повернення сил та енергії, зміцнює дух і тіло, веде до здоров'я, гармонії та щастя! Навіть найкращі ліки скоро закінчатся, а аплікатор Ляпко залишиться з вами назавжди!**

## МОЖЛИВОСТІ АПЛІКАТОРА ЛЯПКА:

- надає загальнооздоровчий вплив, підвищує працездатність і життєвий тонус, нормалізує сон і обмін речовин, поліпшує настрій;
- допомагає в лікуванні і профілактиці захворювань опорно-рухового апарату, шлунково-кишкового тракту, серцево-судинної, дихальної та нервової систем;
- усуває статеві розлади з подальшою нормалізацією статевих функцій у чоловіків та жінок; при лікуванні гінекологічних захворювань сприяє усуненню запальних явищ, порушень оваріально-менструального циклу внаслідок психоемоційних перевантажень;
- скорочує час повноцінного відновлення після черепно-мозкових травм, переломів, операцій, інсультів;
- купірує біль у хребті, суглобах і м'язах, головні болі;
- сприяє нормалізації гормонального балансу, обмінних процесів при ендокринних захворюваннях («огрядні» втрачають вагу, виснажені набирають необхідні кілограми);
- підвищує в 2-3 рази ефективність таких методів, як масаж, вушна і класична голкотерапія, мануальна та лазеротерапія, мікрохвильова резонансна терапія (при одночасному або попередньому застосуванні);
- допомагає позбавленню від шкідливих звичок (алкоголізм, тютюнопаління);
- дозволяє скоротити прийом ліків, а згодом і зовсім відмовитися від них.

## ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ПОВЕРХНЕВОЇ БАГАТОГОЛКОВОЇ ТЕРАПІЇ АПЛІКАТОРАМИ ЛЯПКА

Відомо, що здоров'я – безцінний дар природи, і зберегти його – важливе завдання для кожної людини. Розшукуючи джерела здоров'я в навколишньому світі, ми забуваємо, що головні резерви, необхідні для перемоги над будь-якою недугою, закладені в нас самих. Згідно з філософськими основами східної медицини людський організм володіє потужними природними ресурсами для збереження і відновлення здоров'я, в чому ми переконуємося і з чим погоджуємося вже протягом багатьох тисячоліть. Давні уявлення про функції цілісного організму пов'язані з уявленням про наявність в організмі життєвої сили або енергії (Ци), яка тече невидимими каналами (меридіанами). Життєва енергія забезпечується єдністю двох початків, активного і пасивного, або двох полярностей.

Активна, або позитивна полярність, яка виражає рух, світло, тепло, збудження,

життя, радість і т. д., визначається як Ян-стан. Пасивна, або негативна полярність, виражає спокій, холод, пригнічення, п'ятому, визначається як Инь-стан. Взаємодія і боротьба цих протилежностей є формою прояву життєвої сили. В основі нормальної життєдіяльності організму лежить врівноважене співвідношення Инь і Ян, повна гармонія їх проявів. Порушення цієї гармонії призводить до патології, що виражається або в ослабленні Ян або Инь, або в надмірному посиленні того або іншого початку.

Погоджуючись із вищезазначеною теорією східної медицини, М.Г. Ляпко висуває власну думку про умови, необхідні для нормальної циркуляції енергії. Дійсно, енергія (Ци) надходить в організм із повітрям і їжею, але реалізовуватися, перетворюватися і трансформуватися вона може тільки при активному руховому режимі, і тільки за такої умови може вільно циркулювати по меридіанах. Недолік руху (гіподинамія) блокує вільну циркуляцію енергії в організмі і провокує порушення її розподілу як в «янських», так і «иньських» меридіанах, що веде до виникнення хвороби.

В глибоку давнину було помічено, що при захворюванні людини на його тілі можна виявити ділянки, що болять при натисканні. Вплив на ці ділянки призводив до одужання. Їх називали «життєвими точками». Найважливішою теорією, покладеною в основу методу поверхневої багатоголкової терапії, є вчення про точки і меридіани. «Життєва точка», або біологічно активна точка (БАТ) – це невелика ділянка шкіри і підшкірної основи, в якій є комплекс взаємопов'язаних мікроструктур (судини, нерви, клітини сполучної тканини), завдяки чому створюється біологічно активна зона, що здійснює вплив на нервові терміналі і утворення зв'язків між ділянкою шкіри і внутрішнім органом.

### **З урахуванням місця розташування, спрямованості, дії та іннерваційних зв'язків, точки акупунктури підрозділяються на наступні групи:**

1. Точки загальної дії, які мають рефлекторний вплив на функціональний стан центральної нервової системи (ЦНС).
2. Сегментарні точки, розташовані в області шкірних метамерів, що відповідають зоні іннервації певних сегментів спинного мозку.
3. Спинальні точки, розташовані по вертебральній і паравертебральній лініях відповідно до місця виходу нервових корінців і вегетативних волокон, які іннервують певні органи та системи.
4. Регіональні точки розташовані в зоні проекції на шкіру певних внутрішніх органів.
5. Локальні, або місцеві точки переважно впливають на підлеглі тканини (м'язи, судини, зв'язки, суглоби).

**Встановлено, що біологічно активні точки (БАТ) і зони акупунктури відрізняються від навколишньої шкіри біофізичними характеристиками:**



- більш високим рівнем електричного потенціалу і місткості;
- мінімальним електрошкірним опором;
- більш високою температурою і т. д.

БАТ розташовані в певному порядку, за строгими лініями, що отримали назву «меридіани». Виділяють 12 парних меридіанів і 2 непарних меридіани. Меридіани пов'язують внутрішні органи між собою, з іншими частинами тіла і з його поверхнею, забезпечуючи енергоінформаційний обмін внутрішнього середовища організму людини із зовнішнім середовищем, синхронізуючи роботу організму як єдиного цілого і адаптуючи його діяльність до змін зовнішнього середовища.

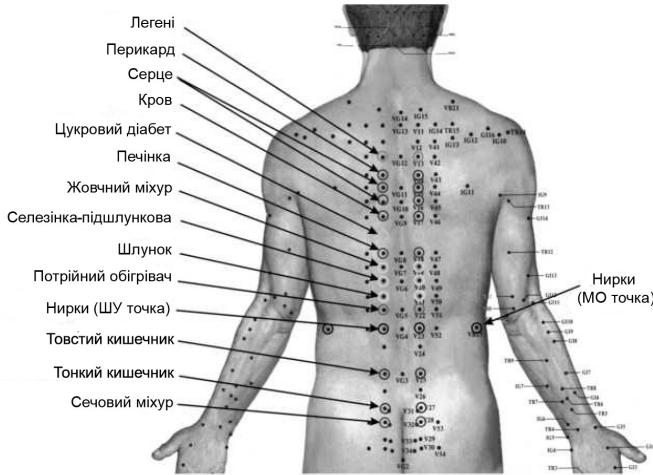
Чжу Лянь, директор Китайського Інституту Чжень-цзю, так пояснює механізм дії голкорексфлексотерапії: «Сутність її полягає у впливі через певні активні точки тіла на відповідні їм внутрішні органи. Помірне подразнення чутливих закінчень, зосереджених у певних точках шкіри, м'язів та інших тканин, а через них – нервових стовбурів, відновлює нервову регуляцію в організмі, нормалізує силу, рухливість і врівноваженість процесів збудження і гальмування. І саме тому, що лікувальна дія голкотерапії здійснюється рефлекторним шляхом, через нервову систему, що контролює діяльність усього організму в цілому, вона не обмежується лише сферою тієї чи іншої точки або нерва, а часто благотворно впливає на органи, віддалені від місця дії».

Сучасна наука вважає найважливішим положенням методу поверхневої багатоголової терапії становлення шкірно-вісцеральних зв'язків у процесі ембріогенезу.

Доведено, що нервова система і шкіра мають ектодермальне походження, а внутрішні органи – мезо- і ендодермальне походження. Зв'язок внутрішніх органів із нервовою системою, а через неї – зі шкірою, забезпечується в процесі органогенезу вrostанням нервової системи у внутрішні органи. Початково принцип іннервації має метамерний характер, але в міру росту і розвитку тіла змінюється його форма, роз-



міри сегментів та їх конфігурація; нервові зв'язки при цьому не перериваються, але зміщуються топографічно. За рахунок цих зв'язків відбувається обмін сигналів між внутрішніми органами і поверхнею тіла і навпаки. У разі наявності патології у внутрішніх органах сигнали про цю патології (частіше у формі больових відчуттів) дохо-



дять до поверхні тіла в певних областях.

Прикладом тому можуть служити давно відомі і використовувані в медичній практиці зони Захар'їна-Геда або зони іррадіації вісцерального болю. Сегментарний принцип іннервації організму єдиний як для поверхні тіла, так і для внутрішніх органів.

**Поверхнева багатоголкова терапія аплікаторами Ляко виконує одну з важливих рекомендацій класичної рефлексотерапії: використовувати два або більше різнозаряджених метали (наприклад, срібло-золото або мідь-цинк) для більш ефективного впливу на біологічно активні точки та зони.**

## МЕХАНІЗМИ ДІЇ АПЛІКАТОРІВ

**1. Рефлекторно-механічна дія** полягає в поверхневому множинному голковколюванні визначених зон та біологічно активних точок (рефлекторна реакція), а також у мікромасажі шкіри і підлеглих тканин.

Рефлекторний вплив голок на активні точки каналів (рецептори) складається з трьох основних взаємопов'язаних частин: місцевої, сегментарної і загальної реакції. Місцева реакція виражається у зміні кровонаповнення ділянки шкіри, температури, чутливості, величини електричного потенціалу і опору в зоні впливу. У місці впливу безлічі голок аплікатора між голками з різних металів виникають різниця потенціалів, мікроструми різної сили і напруги з подальшим мікроелектрофорезом іонів металів, що додатково сприяють подразненню больових, тактильних, хеморецепторів та інших рецепторів шкіри. В результаті цього відбувається додаткова активізація викиду

біологічно активних речовин, поліпшення трофіки, регенерації та інших процесів, що супроводжуються також і розширенням капілярів, що дають розвантаження серця завдяки всмоктуючій дії капілярами крові з артеріальної мережі за рахунок осмосу і негативного тиску в зоні посткапілярних венул. Виникає різниця потенціалів між голками і електро-гальванічні мікроструми в шкірі, підшкірній клітковині між різнозарядженими голками.

Ці явища збільшують і покращують роботу вакуумно-пресорного насоса в системі посткапілярних венул і наступних за ними більш великих венулах, а потім і у венах. Дані структурні елементи та механізми венозної судинної системи забезпечують полегшення кровотоку з артеріальної мережі в капілярну, а потім у венозну мережу за рахунок посилення скорочувальної м'язової активності венул, що створюють передкапілярний негативний тиск, що розвивається в зонах аплікаційного впливу. Завдяки аплікаторам таке локальне поліпшення кровообігу відбувається не тільки без додаткового навантаження на серце, але і навпаки, полегшує роботу серця за рахунок самостійної дії вакуумно-пресорного насоса в посткапілярних і наступних венулах і венах, що дуже важливо для всіх категорій хворих і, особливо, з ішемічною хворобою серця, недостатністю кровообігу 1-2 ступеня у людей похилого віку.

Подібні процеси також відбуваються і в лімфатичній системі.

Сегментарна реакція обумовлена сегментарно-метамерними рефлекторними зв'язками між певними ділянками шкіри, внутрішніми органами або системами і відповідними їм сегментами спинного мозку, а в окремих випадках і структурами головного мозку. Кожен із зазначених рівнів іннервації і відповідних йому структур має як власну нервово-рефлекторну дугу, так і додаткові аферентно-еферентні нервові зв'язки з вищими структурами. При проведенні поверхневої багатоголкової терапії відбувається подразнення тактильних екстерорецепторів епідермального шару і частково дерми. Виникає аферентний потік частих імпульсів малої сили, які через швидкісні мієлінові А-бета волокна (швидкість проведення імпульсу – 40-70 м/с) проводяться до задньорогових нейронів спинного мозку. Тривала аферентація по цих волокнах має перевагу, так як перебиває надходження больових імпульсів волокнами з повільною передачею імпульсів, які перебувають у дермальном шарі: В (швидкість проведення імпульсу – 3-18 м/с) та А-дельта волокна (швидкість проведення імпульсу – 5-15 м/с). Тривала імпульсація в нервові центри та відображені реакції організму, що виникають слідом, у свою чергу, впливають на стан периферичних рецепторів і тканин у зоні впливу.

Загальна реакція організму проходить за типом реакції адаптації внаслідок надходження імпульсів від спинного мозку спеціальними нервовими стовбурами до головного мозку. Участь у процесі вегетативної (що відповідає за внутрішні органи) нервової системи забезпечує можливість мобілізації ресурсів організму для негайної дії (нейро-гуморальний ефект): різко посилюється вироблення біологічно активних речовин у залозах внутрішньої секреції, в тканинах, і, перш за все, в шкірі, полегшується, і в зв'язку з цим посилюється діяльність серцево-судинної системи (за рахунок автономного живлення вакуумно-пресорного капілярно-венозного насосу), перерозподіляється кровопостачання. Додатково у кров надходить велика кількість речовин, що мають енергетичні, імунотропні та інші корисні властивості, що підси-

люють стійкість організму до різних шкідливих, патологічних факторів. Зокрема, активується модулюючий блок нейроендокринних реакцій з викидом протибольових і стрес-лімітуючих факторів (кортизолу, АКТГ, бета-ендорфінів), медіаторних амінів, нейропептидів.

Нами організовувалися і проводилися дослідження на базі Кримського державного медичного університету ім. С. І. Георгієвського, на базі НДЦ МВК Ляпко «Валенсія», а також у медичних НДІ інших регіонів України. Були отримані дані, достовірність яких доведено в показниках, що відповідають світовим стандартам ВООЗ.

**2. Гальвано-електрична дія.** Організм людини є складним біоколоїдом, що складається з електролітів і містить як позитивні (катіони), так і негативні (аніони) іони. Калій, натрій, магній знаходяться в організмі у вигляді катіонів і входять до складу солей, в яких фосфор, сірка і хлор знаходяться у вигляді аніонів, кислотних залишків. В результаті контактів із сольовим розчином голочок аплікатори Ляпко, що складаються з різних металів, на поверхні контактів утворюються гальванопари, занурені в розчин електроліту.

Ще в ХІХ ст. Л. Гальвані на мідних гачках підвішував лапки жаби на залізну огорожу свого балкона. Лапки погойдувалися на вітрі і час від часу торкалися залізних прутів. М'язи лапок негайно скорочувалися. А. Вольта повторив дослід і довів, що парою металів Мідь-Залізо утворюється електричний елемент, і лапка-провідник скорочується від струму, що проходить через неї. В результаті було створено хімічне джерело струму – елемент Вольта, у якого електроди – платівки міді (позитивні) і цинку (негативні), а електролітом служить розчин кухонної солі або сірчаної кислоти.

Між електродами встановлюється різниця потенціалів – електрорушійна сила (ерс), що відповідає вільній енергії окислювально-відновної реакції. Дія гальванічного елемента ґрунтується на протіканні при замкнутому зовнішньому ланцюзі просторово розділених процесів: на негативному електроді відновник окислюється, вільні електрони, що утворюються, переходять по зовнішньому ланцюгу (створюючи розрядний струм) до позитивного електрода, де беруть участь у реакції відновлення окислювача. Наслідок цього розрядного струму в гальванічних парах голок Аплікатора Ляпко – нагрівання аплікатора.

Англійський вчений Гілл встановив, що в нервовій системі при передачі імпульсів також протікає електричний струм. Коли хвиля збудження проходить по нерву, в ньому утворюється рухливий гальванічний елемент. У нерві є два полюси. «Плюс» – зовнішня, що одягає поверхню тонкої мембрани навколо клітини. «Мінус» – внутрішня частина нерва. Під впливом електричного елемента  $\text{Cu}(+) - \text{Fe}(-)$  по шкірі йде електричний імпульс. Він змінює проникність мембрани нервової клітини, і від її зовнішньої до внутрішньої частини йде струм. Цей місцевий струм порушує проникність сусідніх ділянок мембрани, і хвиля збудження прямує далі. В той же час у початкових ділянках шляху мембрана відновлює цілісність і готова до прийому нової хвилі збудження. У результаті струм по нервах йде імпульсами, окремими порціями. Тривалий вплив голками Аплікатора Ляпко, що складаються з різних гальванічних пар, є, таким чином, джерелом тривалої імпульсації в нервові центри.

Гальванічні пари голок аплікатора Ляпко приводять в дію складні механізми об-

міну речовин в електроліті «протоплазма» людського організму. В результаті в організм потрапляють метали з голок у вигляді мікроелементів-іонів, що беруть участь у біохімічних реакціях.

Іони в організмі – неодмінні учасники обміну речовин. Вони, зокрема, беруть участь у механізмах, що обумовлюють проникність біологічних мембран, у регуляції м'язового скорочення, проведенні імпульсу збудження по нервовому волокну і т. д.

Для більш повного розуміння роботи іонних механізмів та їх взаємодії з голками аплікатора Ляпко необхідно звернутися до поняття «електронегативність». Саме на ньому засноване утворення гальванічних пар в голках аплікатора Ляпко. При цьому вищий метал (табл. 1), стає негативним, нижчий – позитивним електродом.

Металічні властивості елементів можна порівняти, зіставляючи їх електронегативність – здатність атомів у молекулах (у ковалентному зв'язку) притягувати електрони, виражена в умовних одиницях.

Просторове розділення процесів окислення і відновлення використовується в хімічних джерелах струму і при електролізі. При рівноважному потенціалі досягається динамічна рівновага, при якій струм через електрод не протікає, однак через кордон фаз іде безперервний обмін носіями зарядів – іонами або електронами. Тривале проходження струму вимагає подачі реагуючої речовини з об'єму розчину до поверхні електрода і відведення продуктів реакції, що досягається завдяки дифузії. Крім цього, відбувається міграція заряджених частинок під дією електричного поля.

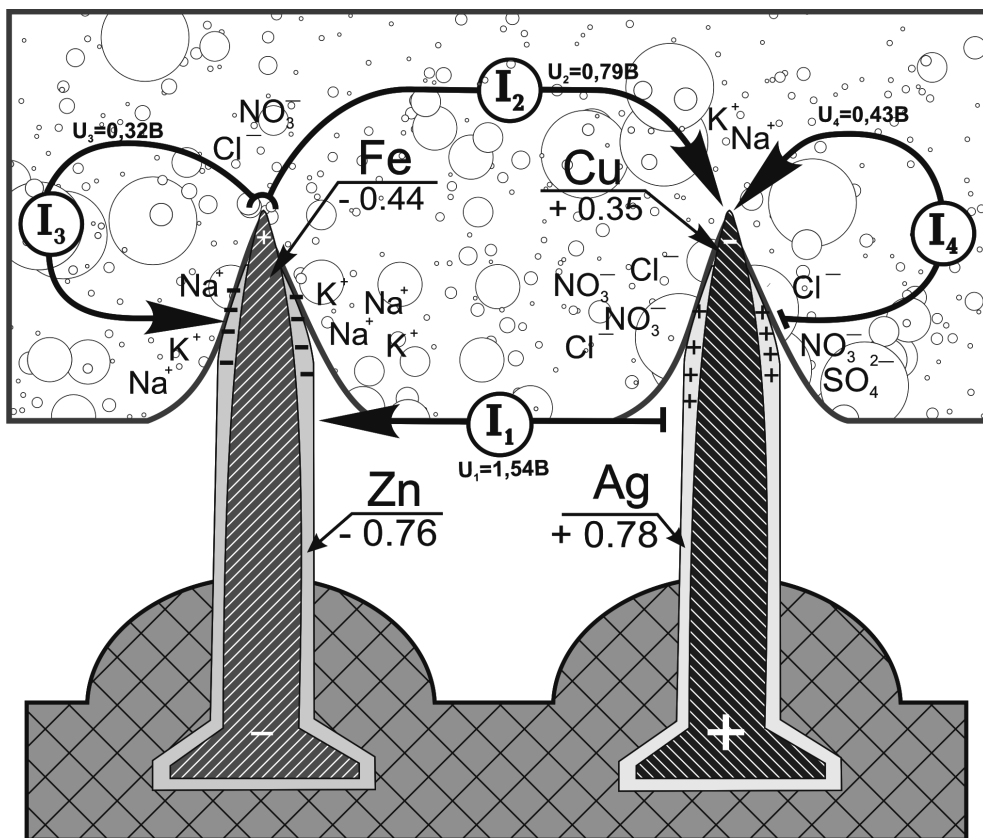
На мал.1 схематично показано збільшення концентрації аніонів (Cl<sup>-</sup>, SO<sub>4</sub><sup>2-</sup>, NO<sub>3</sub><sup>-</sup> та ін.) в районі позитивно заряджених ділянок металів і накопичення катіонів (Na<sup>+</sup>, K<sup>+</sup> та ін.) поблизу негативно заряджених електродів.

Інтенсивність гальвано-електричного впливу регулюється самим організмом у залежності від ступеня насичення електролітом тканин (шарів шкіри, підшкірної клітковини, нижчих структур).

Болюча, запалена ділянка шкіри набрякла, в ній багато рідини, і реакція при зіткненні з аплікатором відбувається інтенсивна, з виділенням великої кількості енергії, що іноді супроводжується шкірним випотом. При контакті аплікатора зі шкірою на поверхні голок аплікатора і в шкірі відбувається безліч фізико-хімічних змін, характерних для змін під дією постійного струму. В результаті на голках утворюються окисні плівки і виникає ефект гальванізації. При цьому на кінчиках голок виникають точкові гальванічні струми максимальної величини (так як утворюється різни-

| <b>Система</b> | <b>Нормальний потенціал при t 25°C, В</b> |
|----------------|---|
| <b>Al (3+)</b> | <b>-1,67</b>                              |
| <b>Ti (3+)</b> | <b>-1,63</b>                              |
| <b>Cr (2+)</b> | <b>- 0,86</b>                             |
| <b>Zn (3+)</b> | <b>-0,761</b>                             |
| <b>Cr (3+)</b> | <b>- 0,74</b>                             |
| <b>Fe (2+)</b> | <b>- 0,44</b>                             |
| <b>Ni (2+)</b> | <b>- 0,25</b>                             |
| <b>Fe (3+)</b> | <b>+0,036</b>                             |
| <b>Cu (2+)</b> | <b>+0,346</b>                             |
| <b>Cu (+)</b>  | <b>+0,522</b>                             |
| <b>Ag (+)</b>  | <b>+0,779</b>                             |
| <b>Pt (2+)</b> | <b>+1,2</b>                               |
| <b>Au (3+)</b> | <b>+1,5</b>                               |
| <b>Au (+)</b>  | <b>+1,7</b>                               |
|                |   |

**Табл. 1**



**Мал. 1** Схема орієнтації іонів в результаті контакту гальванопар аплікатора зі шкірою.

Схематичне зображення електричних іонних струмів, що виникають на кінчиках металевих голків, покритих іншими металами, що супроводжуються електрофорезом (дифузією) цих металів у внутрішнє середовище організму.

ця потенціалів між основним металом голки і периферичним металом покриття, які коротко замкнуті між собою (I3, I4) (мал. 1).

Крім того, між голками з різних металів в шкірі протікають міжголкові гальванічні струми (I1, I2), величина яких залежить від провідності шкіри, насиченості її електrolітами (див. мал. 1).

### Електро-гальванічні мікроструми:

- Викликають дифузію мікроелементів, з яких зроблені голки (Cu, Fe, Zn, Ni, Ag), сприяють їх депонуванню в тканинах, ці мікроелементи відіграють важливу роль в забезпеченні нормального функціонування різних органів і систем.
- Активують дихальні ферменти клітин.

- Нормалізують рН тканинних рідин.
- Активують обмінні процеси в тканинах.
- Стимулюють регенеративні (відновні) процеси.

**3. Імунологічні реакції.** Стимуляція гуморальної та тканинної (клітинної) ланки імунітету підвищує рівень імунного захисту та адаптації до хвороботворних впливів.

Стимуляція тканинної ланки імунітету: після кожної процедури спостерігається наростання кількості активованих лімфоцитів Т-хелперів і Т-супресорів, у меншій мірі натуральних кілерів і циркулюючих імунних комплексів.

Стимуляція гуморальної ланки імунітету: аплікаційний вплив стимулює гуморальну ланку імунітету, про що свідчить підвищення в периферичній крові рівня активованих В-лімфоцитів.

***Пояснення механізмів дії, що виникають при впливі за допомогою різнометалевих багатоголкових аплікаторів Ляпко на широкі зони тіла людини, їх особливості та відмінності від уколювання кількома окремими голками в окремі точки людського тіла***

Різнometалевий багатоголковий вплив аплікатора Ляпко на великі ділянки шкіри людини включає більш древній універсальний механізм підтримки життя всього живого на Землі (у порівнянні з більш молодим диференційованим підходом у вигляді впливу на тіло кількома окремими голками – голковколювання – акупунктура: китайська, корейська, тибетська. При впливі аплікаторами Ляпко на широкі зони шкіри людського тіла від 10% до 90% (100%) площі, ми вмикаємо не тільки «внутрішнього лікаря», але і «внутрішні лабораторії аптеки». Впливаючи на великі ділянки периферичних нервових структур, ми також універсально вмикаємо як усі периферичні, так і центральні структури нервової системи, такі як: спинний мозок, довгастий мозок, ядра, підкіркові структури і кору головного мозку, що є первісно «понад» запрограмованими для автономного, досконалого нервового та енергетичного взаємозв'язку, регуляції всіх органів і систем людини!!!

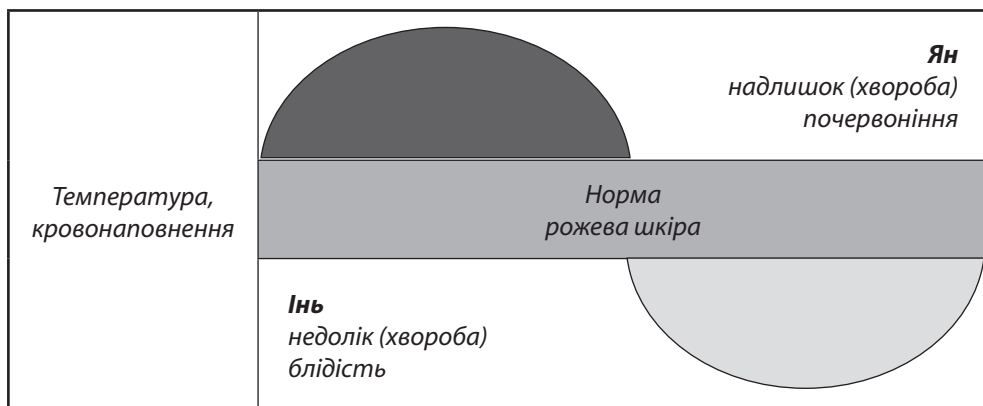
## ОСНОВИ РЕФЛЕКТОРНОЇ ДІАГНОСТИКИ

Діагностичний метод заснований на тому факті, що при наявності патологічного процесу ділянки шкіри, які є проєкціями внутрішніх органів, зони проєкції точок «співчуття» (вздовж хребта) і точок «глашатаїв» (на передній поверхні тулуба), по різному реагують на вплив голчастим валиком:

- норма: шкіра рожева, тепла.
- 1-й ступінь пошкодження (часткова компресія, процес відносно «свіжий»): реакція на подразнення надлишкова, шкіра червона, температура підвищена.

- 2-й ступінь пошкодження (більш глибокий): реакція на подразнення знижена, шкіра має злегка рожевий колір, температура майже не змінена, трохи підвищена.
- 3-й ступінь пошкодження (глибоке пошкодження): реакція на подразнення відсутня, температура знижена, шкіра суха, стоншена або рубцево змінена, має блідий колір.

При впливі аплікатором нормальна тканина залишається в нормі, а у змінених органах та ділянках шкіри йдуть відновлювальні процеси, що відображаються на шкірних ділянках у вигляді нормалізації кольору та інших характеристик. Величина мікрострумів між голками визначається провідністю шкіри, залежить від концентрації електролітного складу поту і міжклітинної рідини. Різний стан енергії в меридіанах також може відобразитися на шкірі у вигляді блідих ділянок та ділянок почервоніння.



**Симптоми «надлишку» (при травмах, гострому запаленні, застудах і т. д.):**

- підвищена температура;
- почервоніння шкіри;
- набряклість;
- різка локальна болючість;
- інтенсивні, різкі болі.

У цих випадках – вплив аплікаторами (15-20 хв.) або валиком (7-10 хв.), що допомагає позбавлятися від надлишкової енергії і призводить організм до норми.

**Симптоми «нестачі» (хронічні дегенеративні процеси, наслідки травм, радикулітів і т. д.):**

- ниючі, розлиті болі;
- знижена температура;
- блідість шкіри;
- глибоке оніміння («мурашки»);
- зниження чутливості, відсутність реакцій.
- Вплив аплікатора при синдромах «нестачі» спрямований на насичення відсутньою енергією. Для цього аплікатором впливають більш тривалий час (30-40



хв.), а валиком – 10-15 хв.

Отже, один і той же аплікатор діє універсально: енергію у ділянках шкіри з підвищеною реактивністю, що відповідають подразненим органам, які перебувають у стані «надлишку», він «прибирає», призводить до норми з виділенням потужного приємного тепла, а ослаблені, дегенеративно змінені зони з нестачею енергії «пробуджує», насичує енергією, тим самим приводячи до норми (відновлюючи втрачену функцію).

## ЯК ВЛАШТОВАНИЙ АПЛІКАТОР ЛЯПКА?

Виробляється аплікатор у вигляді еластичних гумових пластин і валиків, виготовлених з гуми медичного призначення (з використанням тільки натурального каучуку) з оригінально закріпленими в них голками з необхідних для організму металів (міді, заліза, цинку, нікелю, срібла).

Базові метали основи голок – це мідні (латунні) і залізні голки, всі або частина яких мають покриття з іншого металу (вільний тільки кінчик голки). Можуть, наприклад, бути такі варіанти: залізні голки без покриття або покриті нікелем або цинком; мідні голки без покриття або з покриттям сріблом.

У зв'язку з численними питаннями про деякі, нібито небажані властивості голок, покритих нікелем, повідомляємо: голки, покриті нікелем, мають корисні властивості. Більш того, китайські голки і будь-які інші голки для акупунктури, вироблені в інших країнах, крім Китаю, також містять нікель. Мікродози нікелю в сукупності з мікродозами інших металів з голок, при зіткненні зі шкірою, підшкірною клітковиною, м'язами та іншими тканинами тіла людини чинять лише корисну дію на життєдіяльність та інші функції організму людини. Умовно шкідливими можуть вважатися сполуки нікелю при приготуванні або зберіганні їжі в посуді, що містить нікель. На прохання споживачів ми можемо виготовляти аплікатори з відсутністю або наявністю не тільки нікелю, але й інших зазначених раніше різних металів, в різній їх пропорції.

У гумовій основі навколо голок і по краях аплікатора є обмежувальні виступи, що підвищують стійкість і надійність кріплення голок і оберігають шкіру пацієнта від пошкодження.

«Сімейство» аплікаторів об'єднує безліч різних за розмірами, формою, кроком (відстанню між голками), набором металів і способом фіксації аплікаторів. Відстань між голками в наших аплікаторах від 3,0 до 7,0 мм, Крок голки аплікатора підбирають залежно від індивідуальної чутливості шкіри і необхідного ступеня інтенсивності дії, орієнтуючись на комфортність відчуттів при аплікаціях.

Дітям, пацієнтам із підвищеною чутливістю або малим шаром підшкірно-жирової клітковини рекомендують використовувати аплікатори з більш густим кроком (3,0-4,9 мм).

Дорослим з нормальною статурою – 5,0-6,2 мм

З великим шаром підшкірно-жирової клітковини – 6,2-7,0 мм

Використовуючи будь-який аплікатор, можна отримувати інтенсивний або делікатний вплив шляхом самостійного регулювання сили притискання і тиску.

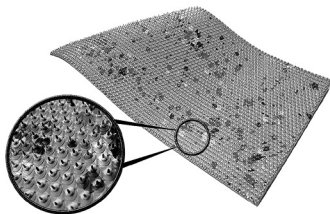
Для зменшення сили притискання – використовувати аплікатор через складену в

2-3 шари марлю або іншу тонку тканину.

## РІЗНОМАНІТНІСТЬ ПРОДУКЦІЇ ЛЯПКА

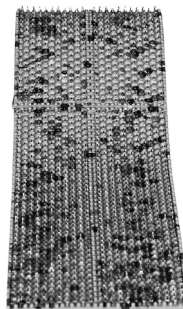
### «Килимок великий»

(крок голки 7,0 мм; розмір 275 x 480 мм) має велику площу впливу і найбільшу відстань між голками, і, отже, найбільший тиск на кожну голку, завдяки чому він володіє підвищеною інтенсивністю та ефективністю впливу. Рекомендований для аплікацій на спину, в якості килимка під ноги (в положенні стоячи, сидячи, лежачи), на живіт – для профілактики і лікування захворювань органів травлення і при ожирінні.



### «Квадро»

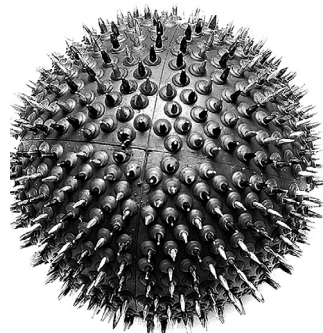
(крок голки 6,2 мм; 5,8 мм; 4,9 мм; розмір 118 x 470 мм; 118 x 470 мм; 106 x 460 мм), є універсальним аплікатором і може застосовуватися на будь-які зони. При бажанні може бути розрізаний вздовж і/або впоперек на два або чотири аплікатори (2 «Дуети», 2 «Шанси» або 4 «Супутника») для вибіркової дії на окремі зони тіла з індивідуальною тривалістю впливу кожного з аплікаторів.



### «М'ячик голчастий»

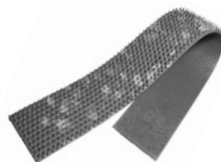
(крок голки 4,0 мм) являє собою шар з гуми медичного призначення діаметром  $\approx$  55 мм, із зафіксованими на ньому голками з чотирьох металів (мідь, залізо, срібло, цинк).

Специфіка аплікатора в тому, що він є засобом більш вираженого, виборчого впливу на больові або проблемні точки на тілі людини. Прокатування долонь, стоп розвиває дрібну моторику і тактильну чутливість кінцівок, що сприяє розвитку та відновленню функцій головного мозку у дітей та дорослих, застосовується при травмах, переломах суглобово-зв'язкового апарату кистей і стоп.



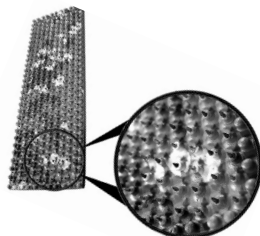
### «Дует»

(крок голки 4,9 мм; 5,8 мм; 6,2 мм; розмір 53 x 460 мм; 59 x 470 мм; 59 x 470 мм), два «Дуети» по площі впливу можуть замінити аплікатор «Квадро». Оптимальним є використання при болях у спині. Може фіксуватися у вигляді пояса або вздовж хребта.



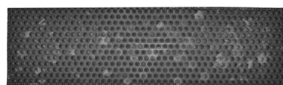
### «Супутник плюс»

(крок голки 6,2 мм; 5,8 мм; 4,9 мм; розмір 59 x 235 мм; 59 x 235 мм; 53 x 230 мм) володіє усіма властивостями великих і малих аплікаторів. При простудних захворюваннях може використовуватися замість гірчичників. Незамінний у поїздках і подорожах.



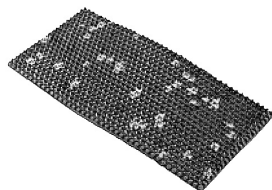
### «Народний»

(крок голки 7,0 мм; розмір 95 x 320 мм). Завдяки своєму розміру і великій відстані між голками володіє підвищеною інтенсивністю дії. Рекомендований для аплікацій на будь-які ділянки тіла, особливо ефективний при впливі на хребет – один пристрій по черзі або два одночасно дозволять охопити всю його довжину. Аплікаційний пристрій зручний у транспортуванні і доступний за ціною кожному.



### «Шанс»

(крок голки 6,2 мм; 5,8 мм; 4,9 мм; розмір 118 x 235 мм; 118 x 235 мм; 105 x 230 мм). Може застосовуватися самостійно або з іншими аплікаторами на будь-які зони.



### «Краплинка»

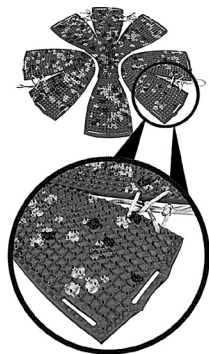
(крок голки 3,5 мм; розмір 33 x 33 мм). Розроблений для догляду за шкірою обличчя, шиї, зони декольте. Зручний для масажних процедур, сприяє активізації обмінних процесів у тканинах і клітинах, допомагає в боротьбі з мімічними зморшками, покращує лімфо- і кровообіг, позбавляє від набряків різного походження, підвищує пружність та еластичність тканин.

Може використовуватися в якості «швидкої допомоги» і застосовуватися при невідкладних станах: непритомність, укуси комах, для зняття серцевих нападів, бронхоспазму, зменшення гострого болю, для тривалого носіння при хронічних больових синдромах.



### «Ромашка-М»

(крок голок 5,0 мм; діаметр 314 мм). Комплектація набору: плоский аплікатор – 1 шт., фіксуєча шнурівка – 2 шт., гумки із застібкою (фастексом) – 5 шт. Універсальний багатофункціональний аплікатор, його відмінними особливостями є: незвичайна форма, велика площа впливу, наявність «рухливих пелюсток», які дозволяють повторювати рельєф будь-якої ділянки тіла. Розрізавши (розділивши) «Ромашку-М» по зазначених лініях, можна одержати сегменти для всіляких варіантів укладок і фіксацій на різні важкодоступні ділянки тіла.



### «Валик лицьовий М»

(з гумовими втулками)

(крок голки 3,5 мм; розмір 40 x (51) мм. Спеціально розроблений для впливу на обличчя і зону волосистої частини голови. Також дає можливість обробляти практично будь-які ділянки тіла (зони дрібних суглобів кінцівок, кисті і стопи), для зняття болів і спазмів. Рекомендований для застосування в косметології і для точної рефлекторної діагностики.



### «Валик лицьовий МК»

(з гумовими втулками)

(косметологічний, з косим кронштейном)

(крок голки 3,5 мм; розмір 40 x (51) мм. Завдяки косому кронштейну, на якому закріплений валик, його зручно використовувати при впливі на обличчя, шію, зону декольте. Тонізує м'язи обличчя і шиї, сприяє ліфтинговому ефекту, покращує овал обличчя, прибирає друге підборіддя. Активізує обмінні процеси в тканинах і клітинах.



### «Валик універсальний М»

(з гумовими втулками)

(крок голки 3,5 мм; розмір 72 x (51) мм). Оптимальні розміри робочої поверхні і крок голки аплікаційного валика дозволяють застосовувати його на всіх ділянках тіла і голови. Валик може використовуватися в лікуванні і діагностиці людей всіх вікових груп.



### «Валик великий М»

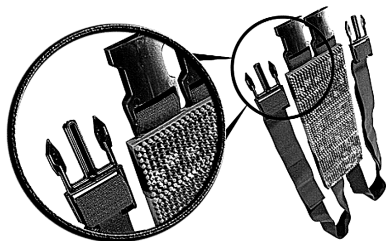
(з гумовими втулками)

(крок голки 5,0 мм; розмір 111 мм х (61 мм)). Має найбільшу робочу поверхню і крок голки, що дозволяє впливати на широкі ділянки тіла: спину, попереk, крижі, область сідниць, груди, живіт, кінцівки.



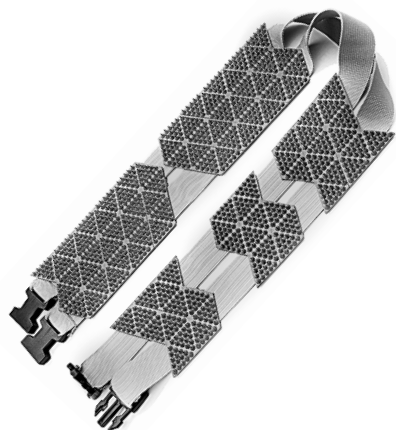
### Пояс «Малюк»

складається з 6 пластин і 2-х регульованих поясів (розмір кожної пластини 36 х 80 мм; крок голки 3,5 мм). Завдяки надійним фіксаторам кріпиться на проблемні зони: безпосередньо зону болю, зону проекції хворого органу, зони БАТ і меридіанів. Фіксувати аплікатор-пояс можна самостійно, без сторонньої допомоги.



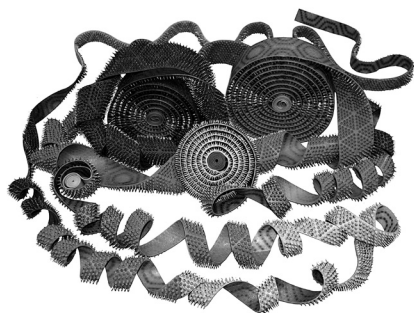
### Пояс «Універсальний М»

(п'ять пластин розміром: 140 х 65 мм, 140 х 65 мм, 90 х 65 мм, 68 х 65 мм, 77 х 65 мм; крок голки 4,3 мм). Пластини пристрою розташовані на двох регульованих поясах, які дозволяють переміщати їх, обираючи зручне положення для впливу на невеликі ділянки голови, тулуба, верхніх і нижніх кінцівок. А також впливати на будь-які ділянки обличчя: лобову область, область надбрівних дуг, очей, додаткових пазух носа, область рота, підборіддя, шиї, волосистої частини голови та області вух (вплив на точки на вушних раковинах рефлекторно впливає на всі внутрішні органи і системи).



### «Чарівна стрічка «Здоров'я»

Існує 10 видів в залежності від довжини, ширини і кількості в упаковці. Завдяки гнучкості, еластичності стрічок дозволяє набагато легше досягти результатів у лікуванні та профілактиці різних захворювань: при болях у хребті, суглобах, м'язах, головних болях, при варикозній хворобі нижніх кінцівок, травмах, переломах.



### «Устілки-плюс»

(з тапочками)

(крок голки 5,0 мм; розмір: 37-40, 40-43, 43-46).

Оригінальний і особливий аплікатор. Спеціально підібрана величина обмежувальних валиків дозує і коригує силу впливу голок на рефлексогенні зони підошви, попереджаючи і виключаючи можливість ушкодження шкіри. На стопі знаходяться біологічно активні точки – проєкції всіх органів і систем. Впливаючи на них, «Устілки» відновлюють і нормалізують функції всіх органів і систем.

На устілки можна акуратно наступати, на них можна стояти, ходити, бігати, стрибати, танцювати.

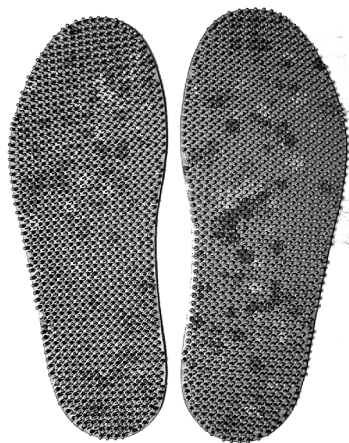
Вклавши устілку всередину бавовняної шкарпетки (р-р 27-29) і одягнувши її на стопу, перебуваючи в положенні сидячи, можна прокатувати по підлозі предмети, наприклад, качалку або скляну пляшку для оптимізації дії.

Зручні у використанні, можна підкласти вату між устілкою-аплікатором і тапочками на рівні зон, які потрібно активізувати; для посилення ефекту можна покласти на устілки тканинний прошарок – 2-3 шари марлі або тонку бавовняну тканину, змочену розчином лікарських препаратів, відваром трав, соляним розчином. «Устілки» також можна використовувати на будь-які ділянки тіла.

Час впливу «Устілками» визначається отриманням бажаного ефекту:

стимулюючий (тонізуючий) вплив 5-7 хв. в активному руховому режимі (ходьба, біг); стоячи на устілках чи інтенсивно «прокотивши» стопи з устілкою.

заспокійливий (седативний) вплив – 15-30 хвилин плавних, поступальних, хвилеподібних рухів стопи на устілці, при вихідному положенні сидячи на стільці або лежачи в ліжку.

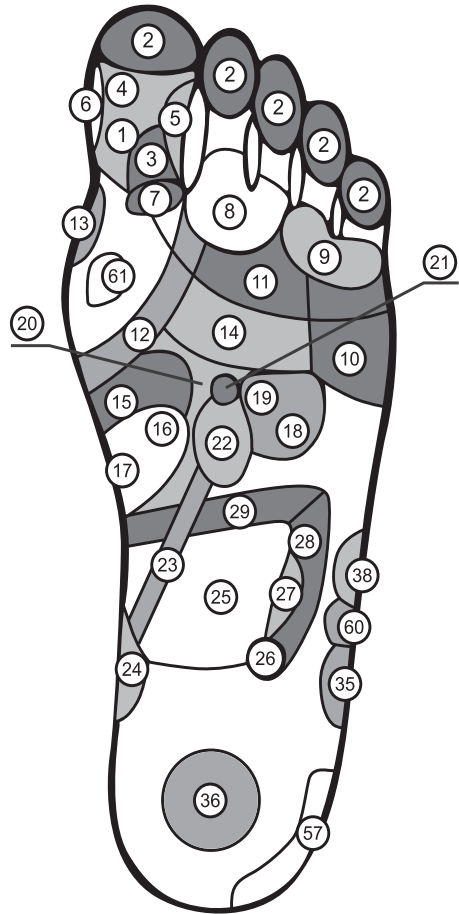


## СХЕМА РЕФЛЕКСОГЕННИХ ЗОН І ТОЧОК НА СТОПАХ

### ЛІВА СТОПА

1. Голова, мозок (права сторона)
2. Лобові пазухи (права сторона)
3. Мозочок, стовбур головного мозку

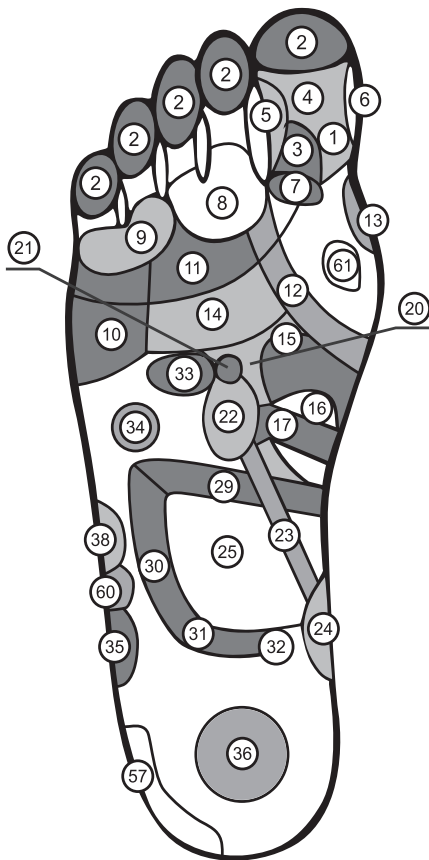
4. Гіпофіз
5. Трійчастий нерв, скроня справа
6. Ніс
7. Потилиця
8. Праве око
9. Праве вухо
10. Праве плече
11. Трапецієвидний м'яз праворуч
12. Щитовидна залоза
13. Навколощитовидні залози
14. Легені і бронхи праворуч
15. Шлунок
16. Дванадцятипала кишка
17. Підшлункова залоза
18. Печінка
19. Жовчний міхур
20. Сонячне сплетіння
21. Наднирники праворуч
22. Права нирка
23. Сечовивідні шляхи праворуч
24. Сечовий міхур
25. Тонкий кишечник
26. Червоподібний відросток
27. Клубова кишка
28. Висхідна ободова кишка
29. Поперечна ободова кишка
35. Праве коліно
36. Статеві залози, яєчники праворуч
38. Тазостегновий суглоб праворуч
57. Нервова система
60. Колінний суглоб праворуч
61. Горло



### ПРАВА СТОПА

1. Голова, мозок (ліва сторона)
2. Лобові пазухи (ліва сторона)
3. Мозочок, стовбур головного мозку
4. Гіпофіз
5. Трійчастий нерв, скроня зліва
6. Ніс
7. Потилиця

8. Ліве око
9. Ліве вухо
10. Ліве плече
11. Трапецієвидний м'яз зліва
12. Щитовидна залоза
13. Навколощитовидні залози
14. Легені і бронхи зліва
15. Шлунок
16. Дванадцятипала кишка
17. Підшлункова заліза
20. Сонячне сплетіння
21. Наднирники зліва
22. Нирка ліва
23. Сечовивідні шляхи зліва
24. Сечовий міхур
25. Тонкий кишечник
29. Поперечна ободова кишка
30. Низхідна ободова кишка
31. Пряма кишка
32. Анальний отвір
33. Серце
34. Селезінка
35. Ліве коліно
36. Статеві залози
37. Тазостегновий суглоб зліва
57. Нервова система
60. Колінний суглоб зліва
61. Горло



## ВІДМІННІСТЬ ПРИСТРОЇВ АПЛІКАЦІЙНИХ ПЛАСКИХ ВІД ВАЛИКІВ

Пристрої аплікаційні Ляпко пласкі (пластини) призначені для статичного впливу головним чином на ділянки тіла з великим радіусом кривизни: спина, живіт, область грудної клітини, попереково-крижова область, кінцівки, долоні і стопи. На пласких аплікаторах можна лежати або укладати їх на проблемні ділянки тіла, рівномірно притиснувши зверху мішечком з піском або зафіксувавши еластичним бинтом. Робота з пластинами не потребує сторонньої допомоги. При цьому необхідно пам'ятати, що чим більшу площу тіла охоплюють аплікатори, тим менше часу потрібно для досягнення терапевтичного ефекту.



Валики – це аплікатори для динамічного застосування (мільйонний «голчастий душ»). Використовуються на всіх ділянках тіла. Валик вимагає участі помічника при обробці важкодоступних ділянок тіла. За допомогою валика можна за 10 хвилин розігріти всю сім'ю після переохолодження. Дітям дуже подобається, коли їх «обкатують» валиком, вони просто регочуть від задоволення.

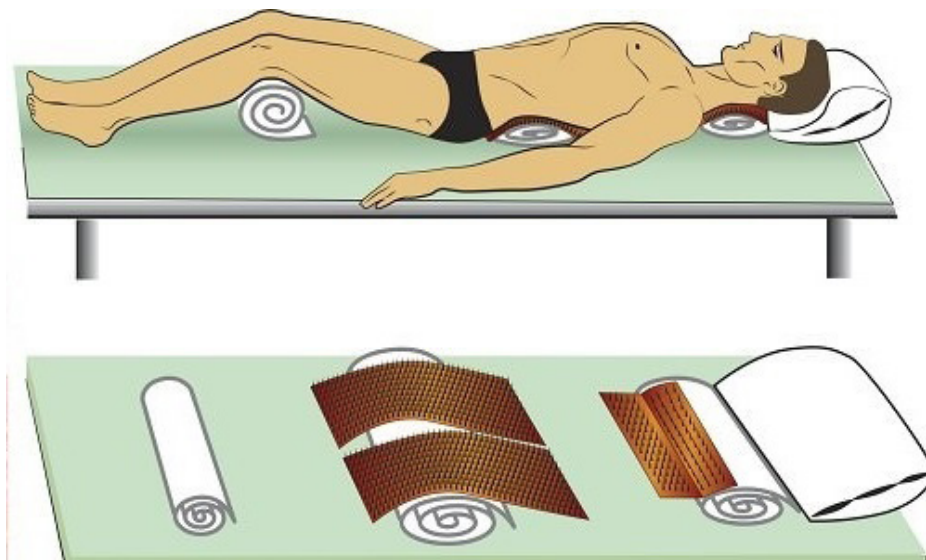
## ЯК ПРАЦЮВАТИ З АПЛІКАТОРОМ?

Крок голки аплікатора підбирають залежно від індивідуальної чутливості шкіри і необхідного ступеня інтенсивності дії, орієнтуючись на комфортність відчуттів при аплікаціях. Дітям, зазвичай, рекомендують використовувати аплікатори з більш густим кроком.

Аплікатори-пластини та аплікаційні валики мають єдиний механізм впливу і можуть застосовуватися як самостійно, так і спільно, потенціуючи (посилюючи) дію один одного. Показання до застосування однакові, головним принципом вибору є комфортність використання.

Пласкі статичні аплікатори та аплікаційні валики використовуються для впливу на основні, додаткові та допоміжні зони. Валиками також впливають на зони вздовж хребта (зони розташування співчутливих точок) для рефлекторної діагностики. Як за допомогою аплікатора, так і за допомогою валика можна за короткий термін зняти біль, відновити працездатність, перевести нервову систему із стресового стану в нормальний, отримати терапевтичний ефект при різних патологічних станах.

У 90% випадків необхідно впливати на ту зону, яка турбує (зона болю), а для підвищення ефективності лікування слід впливати на додаткові і допоміжні зони. В за-



гальну рецептуру завжди необхідно включати основну зону (область хребта). Додаткові і допоміжні зони потрібно використовувати в тому випадку, коли з ряду причин неможливо впливати на основну зону. Додаткові і допоміжні зони можуть перебувати на дільницях, протилежних за розташуванням до основної зони. Для потенціювання (посилення) лікувального ефекту доцільно включати в рецептуру вплив на симетричні зони здорової сторони. Для досягнення оптимального терапевтичного ефекту необхідно:

1. Правильно вибрати зони, режими та способи впливу.
2. Здійснити правильну укладку на аплікатори.

Головна умова правильної укладки – рівномірний розподіл ваги тіла по всій верхній аплікатора. Ні в якому разі не укладайте аплікатор на абсолютно рівну поверхню. Щоб правильно укласти аплікатори, необхідно найбільш точно змоделювати вигини хребта в шийному та поперековому відділах за допомогою подушок і згорнутих валиками рушників.

Протягом перших п'яти хвилин «спілкування» з аплікатором відносно дискомфортні пекучі відчуття переходять в комфортні відчуття потужного тепла, приємної «вібрації», поколювання, в подальшому може виникнути відчуття сонливості, загального розслаблення, що переходить в здоровий повноцінний сон.

При дискомфорті протягом 10-15 хвилин, аплікатори слід прибрати і застосовувати тільки через 5-10 годин або на наступний день, захоплюючи меншу зону. Причинами дискомфортних відчуттів можуть бути неправильне застосування аплікаторів, тобто нерівномірність навантаження на голки, а також сповзання з аплікаторів, що супроводжується дряпанням шкіри. Для усунення цих явищ слід піднятися над аплікатором і опуститися на нього знову, підклавши під колінні суглоби м'який валик.

## **ТРИВАЛІСТЬ ДІЇ**

Час впливу аплікаторів залежить від наявних у даному випадку симптомів і тієї конкретної задачі, яку Ви перед собою ставите.

При інтенсивних болях, гіпотонії, сонливості, слабкості, зниженні чутливості і працездатності, а також у ослаблених хворих і людей похилого віку вплив ефективно проводити в ранкові години і першу половину дня. Тривалість сеансу становить для аплікатора – 7-10 хв., для валика – 3-7 хв.

При хронічних захворюваннях, підвищенні артеріального тиску, дратівливості, збудженні, безсонні рекомендується використовувати аплікатори в другій половині дня або перед сном. Тривалість дії для валика – 15-20 хв., для плаского аплікатора – 20-30 хв. В окремих випадках виражений позитивний ефект досягається тривалим впливом від 30 хв. до 1-2 г.

Курс лікування становить 1-2 тижні. Лікування можна повторити через 2-4 тижні.

Є позитивний практичний досвід тривалого, протягом декількох місяців поспіль, щоденного застосування аплікаторів. Спостерігалось стійке поліпшення самопочуття, зняття хронічного болю, підвищення життєвого тонуусу і працездатності.

| Призначення   | Валік     | Аплікатор             |
|---|-----------|-----------------------|
| Тонізуюча дія (вранці, вдень)                                       | 3-7 хв.   | 7-10 хв.              |
| Гармонізація (у будь-який час доби)                                 | 8-15 хв.  | 12-18 хв.             |
| Седативна (заспокійлива) дія, (у другій половині дня, краще на ніч) | 15-20 хв. | 20-30 хв.<br>і більше |

**Таблиця 2. Час застосування аплікаторів Ляпко**

**АПЛІКАТОРИ ПОВИННІ ВИКЛИКАТИ ТІЛЬКИ ПРИЄМНІ ВІДЧУТТЯ!**

## ПОКАЗАННЯ ДО ЗАСТОСУВАННЯ

### I. Захворювання і пошкодження опорно-рухового апарату:

1) перенапруження нервово-м'язового апарату; 2) міозит; 3) міалгія; 4) тендовагініт; 5) пошкодження зв'язкового апарату; 6) сколіоз; 7) травми, переломи, післяопераційні стани; 8) остеохондроз; 9) захворювання суглобів (артрити, артрози, коксартрози); 10) міжхребетні грижі; 11) протрузії та ін.

### II. Захворювання нервової системи:

1) неврози; 2) неврологічні прояви остеохондрозу хребта; 3) люмбаго; 4) неврити; 5) невралгії; 6) міастенії; 7) мляві і спастичні паралічі; 8) неврастенія, безсоння; 9) вегето-судинна дистонія; 10) енурез; 11) мігрень; 12) хвороба Рейно; 13) дитячий церебральний параліч; 14) відновлення після черепно-мозкових травм і інсультів; 15) плексит; 16) радикуліт; 17) симпаталгія та ін.

### III. Захворювання внутрішніх органів та систем:

- серцево-судинної системи:

1) гіпертонічна хвороба; 2) гіпотонія; 3) ішемічна хвороба серця; 4) стенокардія; 5) аритмії; 6) атеросклероз; 7) інфаркт міокарда; 8) ревматизм; 9) варикозне розширення вен; 10) геморой; 11) серцева недостатність та ін.

- дихальної системи:

1) риніт; 2) фарингіт; 3) ларингіт; 4) бронхіт; 5) пневмонія; 6) трахеїт; 7) плеврит; 8) бронхіальна астма, у тому числі алергічного походження та ін.

- травної системи:

1) гастрити; 2) дуоденіт; 3) виразкова хвороба шлунка і дванадцятипалої кишки; 4) атонія шлунка і кишечника; 5) коліти, ентероколіти; 6) дискінезія жовчного міхура і жовчовивідних шляхів; 7) гепатит, холецистит, печінкова коліка; 8) панкреатит; 9) метеоризм (здуття живота) та ін.

- сечовидільної системи:

1) гломерулонефрит, 2) пієлонефрит; 3) сечокам'яна хвороба, ниркова коліка; 4) цистити, цисталгії; 5) уретрити; 6) простатит, аденома передміхурової залози та ін. - ендокринної системи:

1) гіпотиреоз, гіпертиреоз; 2) цукровий діабет; 3) аліментарне ожиріння та ін.

#### **IV. Акушерство і гінекологія:**

1) ранні токсикози; 2) порушення лактації, гіпо- і гіпергалактія, мастити; 3) збереження вагітності; 4) знеболення і регулювання пологової діяльності, відновлення в післяпологовому періоді і після кесаревого розтину; 5) безплідність; 6) порушення оваріально-менструального циклу (аменорея, дисменорея); 7) аднексити; 8) захворювання органів малого тазу; 9) клімактеричний синдром та ін.

#### **V. Дерматологія та косметологія:**

1) нейродерміт; 2) кропив'янка; 3) екзема; 4) шкірний свербіж; 5) псоріаз; 6) целюліт та ін.

#### **VI. Стоматологія:**

1) гінгівіт; пародонтоз, стоматит; 2) знеболювання при стоматологічних маніпуляціях; 3) зубний біль та ін.

#### **Зняття абстинентного синдрому при алкоголізмі та тютюнопалінні.**

#### **Відновлення життєвого тону, гарного настрою і працездатності.**

## **ПРОТИПОКАЗАННЯ ДО ЗАСТОСУВАННЯ АПЛІКАТОРІВ**

Відносними протипоказаннями до застосування аплікаторів і валиків є:

- гострі інфекційні захворювання;
- загострення хронічних захворювань з підвищенням температури тіла;
- стан декомпенсації при захворюваннях серцево-судинної системи, легень, печінки, нирок;
- гострі тромбофлебіти;
- хвороби крові та кровотворних органів в стадії декомпенсації;
- гострі хірургічні стани;
- різке виснаження;
- алергія на який-небудь метал;
- порушення цілості шкірних покривів: рани, опіки, обмороження.

При наявності доброякісних і злоякісних захворювань, багатоголкова терапія аплікаторами Ляпко застосовується тільки для лікування окремих симптомів (метод анальгезуючої дії, зняття психоемоційного напруження, поліпшення сну і т. д.) і обов'язково після консультації лікаря-онколога.

## ДЕЗОБРОБКА АПЛІКАЦІЙНИХ ПРИСТРОЇВ ЛЯПКА

Пристрої аплікаційні Ляпко (ПАЛ) в процесі використання стикаються зі шкірою, не ушкоджуючи її, і не мають контакту з кров'ю. У лікувальних установах після сеансу аплікацій вони повинні піддаватися дезінфекції згідно зі Стандартами проведення дезінфекції виробів медичного призначення, шляхом їх повного занурення в дезінфікуючий розчин.

Для цього використовують хімічні препарати для гумових медвиробів і для некорозійністїйких металів, дозволені до застосування в Україні. Концентрація і час експозиції згідно з методичними рекомендаціями до деззасобів. Наприклад: «Гігасепт АФ Форте нью», «Корзолекс базік», «Корзолекс екстра» та ін.

Після обробки деззасобом і промивання під проточною водою, продезінфікований пристрій просушується за допомогою фена струменем гарячого повітря.

Оброблені пристрої аплікаційні Ляпко зберігати під чистою пелюшкою.

При індивідуальному використанні ПАЛ не потребує дезінфекції. Гігієнічний догляд передбачає періодичну обробку миючим розчином (шампунь, рідке мило), за допомогою щітки, промивання проточною водою і просушування потоком гарячого повітря (за допомогою фену) на максимально близькій відстані від голок.

Голки аплікаторів зроблені з некорозійністїйких металів, що допускає можливість їх окислення.

## РЕКОМЕНДАЦІЇ ДО ЗАСТОСУВАННЯ АПЛІКАТОРІВ ЛЯПКА

- При остеохондрозі хребта на аплікатори лягають спиною, можна розташовувати їх по всій площі шиї, спини, попереково-крижовій області.
- При головних болях, болях у шиї, плечовому поясі, руках, в області серця, у верхніх і середніх відділах грудної клітини аплікатори слід підкладати під голову, шию, плечовий пояс, верхні і середні відділи грудної клітини, доповнити впливом на кисті і стопи.
- При травмах, переломах аплікатор накладають на відділ хребта, що відповідає сегментарній іннервації пошкодженої кінцівки, на 15-30 хвилин, потім вище або нижче перелому.
- При захворюваннях шлунково-кишкового тракту, печінки, нирок аплікаторами впливають під середній або нижній відділи спини і під попереки, а для посилення ефекту – на живіт, притиснувши мішечком з піском. Можна впливати на ті ж зони аплікаційними поясом «Малюк».
- При виразковій хворобі шлунка, панкреатиті аплікатор застосовується на нижній грудний і поперековий відділи хребта, при загостренні – вище і нижче зони болю (спина, живіт).
- При болях унизу живота, в крижах, попереку, нижніх кінцівках, також при захворю-

ваннях і порушеннях функцій органів малого тазу аплікатори застосовують на попереково-крижовий відділ, область сідниць і низ живота.

- Для прискорення загоєння і відновлення функцій кишечника після операції аплікатори укладають вище або нижче місця операції.
- При порушенні функцій тазових органів для нормалізації сечовивипускання, а також при запальних захворюваннях матки, придатків, сечового міхура, простатитах, аденомі простати аплікатори використовують під попереково-крижовий відділ і сідничну область.
- При застудах, хронічних захворюваннях легень, бронхів аплікатором користуються як «гірчичником». Зона застосування: спина, шийно-комірцева область, передня поверхня грудної клітини, область грудини.
- Для зняття нападу бронхіальної астми лягти на аплікатор шийно-комірцевої зони з захопленням середнього відділу грудної клітини або використовувати аплікаційний пояс, а голчастим валиком або маленьким пензликом проводити «болючі» притиски зони грудини і верхніх відділів передньої поверхні грудної клітини. При цьому обов'язково стримувати дихання за методом Бутейко.
- При нежиті, алергічній або застудній етіології на аплікаторі потрібно лежати зоною потилиці, а маленькими аплікаторами впливати на область проекції гайморових пазух.
- При артеріальній гіпертензії, сильних головних болях аплікатори застосовують на шийно-комірцеву зону, середній грудний відділ, зону шиї, голови, крижову область, стопи.
- При ІХС, стенокардії, порушеннях ритму та інших захворюваннях серцево-судинної системи захоплюють верхній і середній відділи грудного відділу хребта, зону відповідності серця на кисті, зону нігтьового ложа мізинця.
- При варикозному розширенні вен нижніх кінцівок зона застосування – поперековий відділ із захопленням нижньогрудного відділу хребта і область грудної клітини праворуч (зона проекції печінки) 15-25 хвилин. Краще проводити 3 процедури на день. Наприклад: вранці після ходьби, коли з'являється втома в ногах. Потрібно лягти, покласти гомілки на аплікатор, під стопи «Устілки плюс», положення ніг – припідняте, для поліпшення відтоку крові, час впливу 15-20 хвилин. В обід прокатувати аплікатором валиком уздовж зовнішньої і внутрішньої поверхонь стегон і гомілок.

Увечері аплікаційну терапію проводити паравертебрально на поперековий відділ із захопленням нижньогрудного відділу хребта, також на область грудної клітини праворуч (зона проекції печінки), можна використовувати аплікатор «Ромашку М», «Килимок великий» або обмотатися «Чарівною стрічкою «Здоров'я». Час впливу 15-20 хвилин.

«Чарівну стрічку «Здоров'я» можна намотувати на гомілки на дві ноги відразу або чергуючи, можна лежачи. Можна ходити, але після зняття стрічки полежати з піднятими ногами для поліпшення відтоку крові. Час впливу 15-20 хвилин.

Через день потрібно замість процедури на поперек і нижній грудній відділ хребта проводити аплікаційну терапію на шийно-комірцевий відділ хребта для зняття спазму судин голови з метою профілактики спазму периферичних капілярів, у тому числі і

ніг. Всі ці процедури сприяють поліпшенню кровообігу, зняттю відчуття «важкості» в ногах, зняттю набряків ніг, болів, а також поліпшенню загального самопочуття.

Крім цієї методики рекомендовано: зволоження ніг, марлеві компреси з лікувальними настоями трав і речовинами, що поліпшують трофіку і кровообіг. Під аплікатор можна підкласти марлеві, тканинні пов'язки, змочені настоєм лікарських трав, розчином лікувальних солей та інших лікувальних розчинів. Аплікації можна отримувати у ваннах (ванночках) з лікувальними травами, мінералами, солями. У цьому випадку аплікації можуть тривати 1-1,5 години з аналогічною перервою і повтором до 2-4 разів на добу протягом 5-7 днів, потім можуть застосовуватися звичайні методики 1-2 рази на день. Можливі інші варіанти, які підбираються індивідуально в поєднанні з іншими методами лікування: лікувальна гімнастика, фізичні вправи, масаж та ін.

- При інсультах

При інсультах у гострій стадії для усунення ускладнень, а іноді і для запобігання розвитку інсульту бажано провести почергово (починаючи з хворої сторони) глибокі проколи кінчиків пальців рук і ніг за допомогою скарифікатора або стерильної голки. Після кожного з двох-трьох проколів проводять доячі рухи пальців, намагаючись видавити якнайбільше крові. Ця процедура рефлекторно запобігає крововиливу з судин головного мозку, що лопнули, даючи можливість усунути кровотечу з них, знизивши в них тиск шляхом перерозподілу крові на периферію (кисті, стопи) і подальшим рясним випусканням крові з пальців. Одночасно проводять дуже інтенсивний вплив на поверхню стоп і кистей протягом 30-50 хв. Аплікації проводяться плоскими аплікаторами з сильним притиском за 5-10 хв., чергуючи з інтенсивним впливом валиком протягом 3-7 хв. поперемінно на хвору і здорову сторону. Застосовується вплив на інші ділянки тіла (передпліччя, гомілки, область хребта, голова, шия) з меншою інтенсивністю і тривалістю. Більше часу слід впливати на хворий (уражений) бік.

Для стадії реабілітації в домашніх умовах використовують аплікатор по черзі на всі уражені відділи хребта і кінцівки. Починати треба зі здорової сторони. Укладаються аплікатори уздовж хребта на шийний відділ або, наприклад, на поперековий. Паралельно розкачують валиком хвору руку або ногу, починаючи з кінчиків пальців, потім піднімаються вище (для відновлення нервової провідності). Обкатка повинна проводитися легко: на хворій стороні поліпшується кровообіг – розширюються капіляри, шкіра рожевіє. Також проводять ручний масаж і подальше обкачування голови валиком. Процедуру бажано завершувати впливом аплікаторів на стопи, сидячи або стоячи. Час впливу 7-10 хв. на здоровій стороні, на хворій – 10-20. Так як пацієнти швидко втомлюються, то такі процедури можна проводити 2 рази на день по 30-40 хв.

Для ефективного спалювання жирових відкладень аплікатор (крок голки 6,2 – 7,0 мм) прикладати на 7-10 хв. до зон найбільшого ожиріння по черзі, і на зону хребта (поперековий відділ) – 15-20 хв. Використовуються «Чарівні стрічки «Здоров'я»: дві 5-7-ми сегментні або одна 9-ти сегментна, можуть застосовуватися спільно з марлевою прокладкою (1-2 шари густої марлі), змоченої розчином мінералів, солей, відваром трав та ін. Аплікатор накладають поверх марлевої прокладки.

- **При захворюваннях щитовидної залози з її гіперфункцією (тиреотоксикоз)** дуже важливо навчитися правильно дихати (точніше – майже не дихати!). Наприклад, вчитися робити затримки дихання на одну-дві хвилини, 5-15 разів на день.

Після кожної затримки дихання намагатися дихати «не видно, не чути» або диханням «сплячої дитини», що те ж саме. При гіпотиреозі (мікседемі) намагатися дихати інтенсивно, глибоко, часто протягом 3-7 хв. 2-3 рази на день. Одночасно за допомогою аплікаторів, аплікаційних стрічок «Здоров'я» впливати на шийний відділ хребта. Ефективним є вплив на додаткові зони: крижово-куприкову і зону наднирників. Процедуру слід завершувати впливом на стопи. Особливу увагу слід звернути на область зчленування другої фаланги великих пальців кистей рук і стопи (плюсне фалангового зчленування великого пальця) – з підошовної і з тильної сторони стоп, час впливу 3-5 хв., можна довше; 2-3 рази на день. При гіпертиреозі вплив на шию і область щитовидної залози тривалий – 15-30 хв. 1-2 рази на день; при мікседемі вплив короточасний 3-7 хв., 4-6 разів на день. Можуть застосовуватися й інші допоміжні зони.

- **При алкоголізмі та тютюнопалінні** впливати аплікаторами потрібно на зони, відповідальні за викид великої кількості біологічно активних речовин: потилицю, шийно-комірцеву, всю область спини вздовж хребта, попереково-крижовий відділ. На тілі людини знаходяться тисячі не тільки життєво важливих точок, але і десятки тисяч інших не менш важливих зон і точок, через які можна здійснювати позитивний вплив як на внутрішні органи, так і на весь організм в цілому. Так нижче коліна знаходяться точка Е 36 (Цзу-сань-лі) від «ста хвороб» і дещо вище її, на 1-2 см – нова точка. Цю точку (зону) частина авторів називають Цзу-чи-пан – точка для лікування алкогольної та інших залежностей. На зону цих точок прикріпити пояс «Малюк», що сприяє загальному викиду внутрішніх ліків, що нормалізують обмінні процеси в організмі. Також необхідно впливати аплікатором на точки в області вушної раковини, аплікаційна терапія на живіт, на грудну клітину. Паралельно з укладанням на аплікатори використовувати метод, що розкриває надможливості людини – метод включення ендогенного дихання з використанням вже наявного внутрішнього кисню, що знаходиться переважно в жировій тканині. Для цього слід покласти пацієнта на безліч аплікаторів, а також покласти на нього зверху або обмотати його стрічками з голови до ніг, в тому числі і обличчя, накрити з головою чотирма-п'ятьма ковдрами (на голову краще надіти великий прозорий поліетиленовий пакет або напівгерметичну дихальну піраміду). Час процедури 30-50 хв., проводити 1-2 рази на день. Під час таких процедур включаються власні захисні системи організму, згоряють і видаляються не тільки шлаки, але і зайві жири відкладення.



## АПЛІКАЦІЙНА ТЕРАПІЯ ПІД ЧАС ВАГІТНОСТІ

Для збереження вагітності, а також для поліпшення умов її перебігу рекомендується застосування аплікаторів із дрібним кроком (3,5-5,0 мм). Відчуття при цьому обов'язково повинні бути комфортними. Аплікатори і валики використовують на паравертебральні (вздовж хребта з обох сторін) зони, зони передпліччя і гомілок, а також кисті та стопи. Вплив валиком має бути м'яким і делікатним.

### ТОКСИКОЗИ ВАГІТНИХ

Під час вагітності знижується поріг чутливості і жінка починає реагувати на будь-які подразники, у неї підвищена чутливість на запахи, на слова і так далі. При ранніх токсикозах вагітності (нудота, блювання) аплікатором впливають на нижню третину грудного відділу, на верх поперекового відділу хребта, 10-20 хв., можлива укладка через тонку пелюшку для комфорту; прокочувати валиком верх живота вище пупка, передпліччя, кисті 15 хв., процедуру проводити ніжно, відчуття повинні бути комфортними.

Прокатка живота за годинниковою стрілкою допомагає відрегулювати роботу кишечнику.

Можна використовувати аплікатори як «гірчичник» при застуді.

### БІЛЬ У СПІНІ, ТЯЖКІСТЬ У НОГАХ

Одна з найбільш помітних змін, що виявляються у вагітної жінки, – це зміна маси тіла. До кінця вагітності вага жінки збільшується приблизно на 10-12 кг. У цей час хребет відчуває подвійне навантаження. На різних термінах вагітних турбують болі в спині. Також можуть з'являтися відчуття втоми, важкості, болі в ногах, набряки у кінці дня, відчуття печіння. В подальшому можуть з'являтися варикозно розширені вени.

Прокочувати валиком область спини, з захопленням нижньогрудного, поперекового відділу хребта та ноги. Час впливу вранці 5-7 хв., ввечері 10-15 хв. Потім можна проводити укладку на аплікатор на нижній грудний і поперековий відділ хребта, крок голки брати менший, від 4,9 до 5,0 мм. («Шанс», «Ромашка-М»). Процедури проводити 2 рази на день.

Дуже ефективним є застосування «Чарівної стрічки «Здоров'я» через змочені лікувальним розчином (відваром) марлеві прокладки або без них, на час від 15 до 40 хв.

При больовому синдромі в попереково-крижовому відділі для поліпшення кровопостачання матки і повноцінного розвитку плоду (поперекова і крижова зони); вплив м'який, делікатний; бажано використовувати аплікатор із невеликим кроком (4,9-5,8 мм). Відчуття повинні бути комфортними.

### ПРОФІЛАКТИКА І ЛІКУВАННЯ РОЗТЯЖОК

Простіше попередити появу розтяжок, ніж потім боротися з ними. Дуже важливо контролювати темпи збільшення ваги. Стрімке збільшення маси тіла неминуче призведе до появи розтяжок.

Для попередження розтяжок потрібно використовувати спеціальні бандажі.

Кожен день з самого початку вагітності обкатувати «небезпечні» місця аплікатора-ми валиками до появи легкої гіперемії і відчуття приємного тепла. На область стегон і сідниць надягати пояс «Малюк», «Чарівну стрічку «Здоров'я» (за раніше вказаними методиками).

Час впливу 10-20 хв., відчуття повинні бути комфортними. Можна проводити масаж проблемних місць масажером «Фараон» (час впливу 3-7 хв.).

## **ПОЛОГИ**

На початку пологової діяльності, коли проміжки між переймами довгі, а тривалість перейм невелика: під час перейми проводити масаж попереково-крижової області масажером «Фараон», а в проміжках масажувати всю спину круговими і поздовжніми рухами. При посиленні болю під час перейм обкатувати валиком (зі сторонньою допомогою) попереково-крижову область із захопленням нижньогрудного відділу хребта. Ступінь натиску валика регулювати самостійно.

Багатьом вагітним у цей момент хочеться сильного впливу і високої амплітуди руху валика.

Ефективно використовувати аплікації разом із правильним диханням під час переймів і між ними. Вдих через ніс, видих ротом, вдих повинен бути довший від видиху.

## **ПІСЛЯПОЛОГОВИЙ ПЕРІОД**

Для зняття хворобливих відчуттів під час скорочення матки обкатувати низ живота аплікаторами валиками, час впливу 10-15 хвилин, прокатувати легко, відчуття повинні бути комфортними. Можна намотувати «Чарівну стрічку «Здоров'я».

Ці процедури також допоможуть відновити пружність шкіри.

## **АПЛІКАТОРИ ЛЯПКО І ВАША ДИТИНА**

У перші три місяці життя більш, ніж у 70% дітей відзначаються функціональні кишкові коліки. У переважній більшості випадків ці коліки – не патологія (захворювання), а пристосування шлунково-кишкового тракту (ШКТ) малюка до нових умов.

Усім батькам знайома така картина: під час годування або незабаром після нього малюк раптом починає підтискати ніжки до животика, проявляти занепокоєння, а потім різко червоніє і починає кричати. Тривати ця ситуація може досить довго. Це і є «кишкова коліка».

Для зняття кольок можна користуватися лицьовим валиком або аплікатором «Краплинка». Процедури проводити через бавовняну тканину. Валиком легенько обкочуйте животик за годинниковою стрілкою в перебігу декількох хвилин до появи легкої гіперемії (почервоніння). Потім покладіть дитину на животик і покатайте валиком середній і нижній відділи спинки. За такою ж схемою впливаємо і аплікатором «Краплинка»: по черзі (за годинниковою стрілкою!) прикладаючи його до животика навколо пупка, так щоб вийшов квадрат. Натиск аплікатором повинен бути ніжним, без зусилля. Проводити процедуру між годуваннями або до годування. Дуже ефективно проводити масаж аплікаторами перед купанням.

Головне пам'ятати, що все це проходить, при правильному використанні всіх ре-

комендацій цей період може пройти досить легко і не затьмарити радості перших місяців материнства!

### **МИ ЗА ГРУДНЕ ВИГОДОВУВАННЯ!**

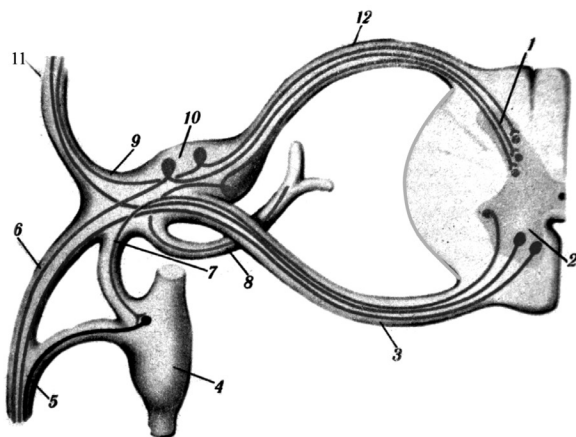
Для збереження і стимуляції лактації аплікатор («Килимок великий», «Ромашка-М» і т. п.) потрібно використовувати на весь грудний відділ спини вранці і ввечері по 15-20 хв. Перед кожним годуванням обкочайте обидві груди, обходячи соски, універсальним валиком 3-5 хв. Ефективне і приємне використання «Чарівна стрічка «Здоров'я». Більше відпочивайте і правильно харчуйтеся.

### **МАСТИТИ**

При ущільненнях і маститах можливе тривале застосування аплікатора «Краплинка», можна через змочену в гіпертонічному розчині двошарову марлю або тонку бавовняну тканину. На зону ущільнення роблять чутливі притиски протягом 10-15 хв., 3-4 рази на добу, можна частіше до зникнення проявів захворювання.

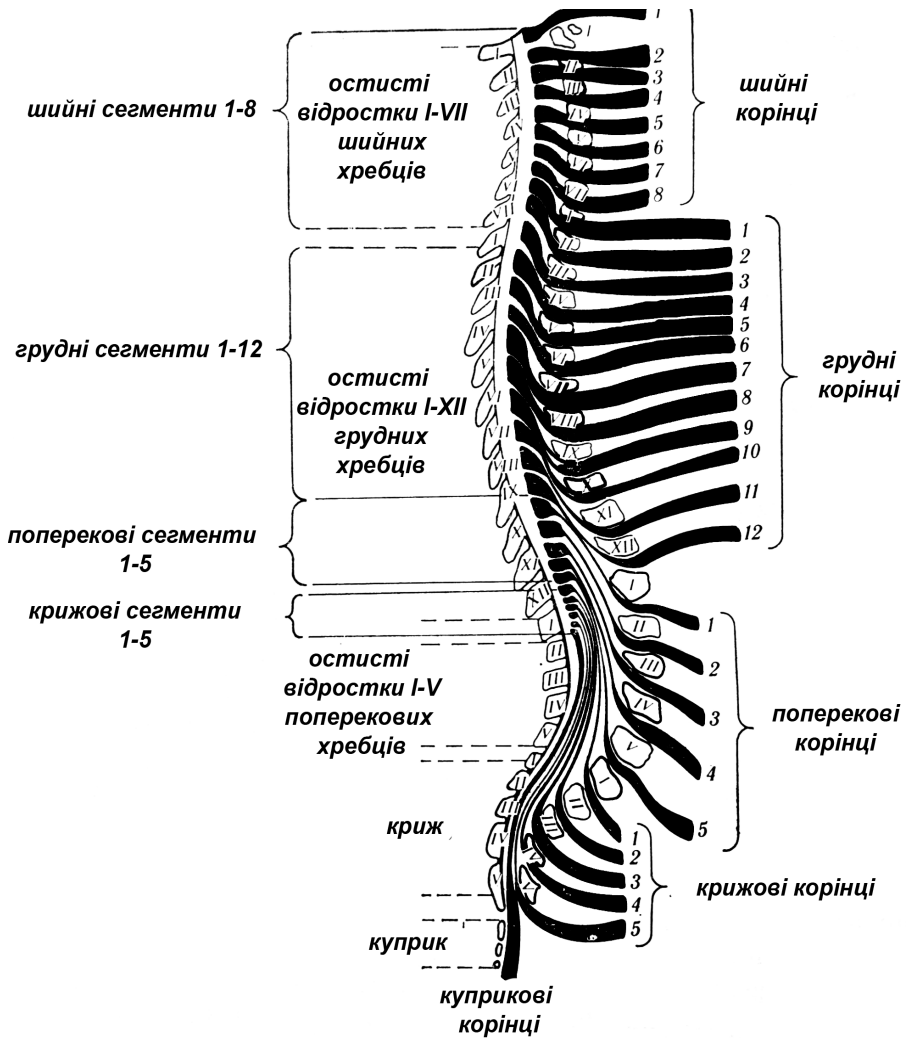
## **СХЕМИ ВПЛИВУ АПЛІКАТОРАМИ І ВАЛИКАМИ ПРИ РІЗНИХ ЗАХВОРЮВАННЯХ**

**Основні зони** (розташовані на задній поверхні тулуба, голови, шиї). Основними названі у зв'язку з тим, що ділянки шкіри по обидві сторони хребта і безпосередньо над хребтом найбільш близько розташовані від виходів корінців черепно-мозкових і



**Мал. 2. Спинномозковий нерв і його гілки:**

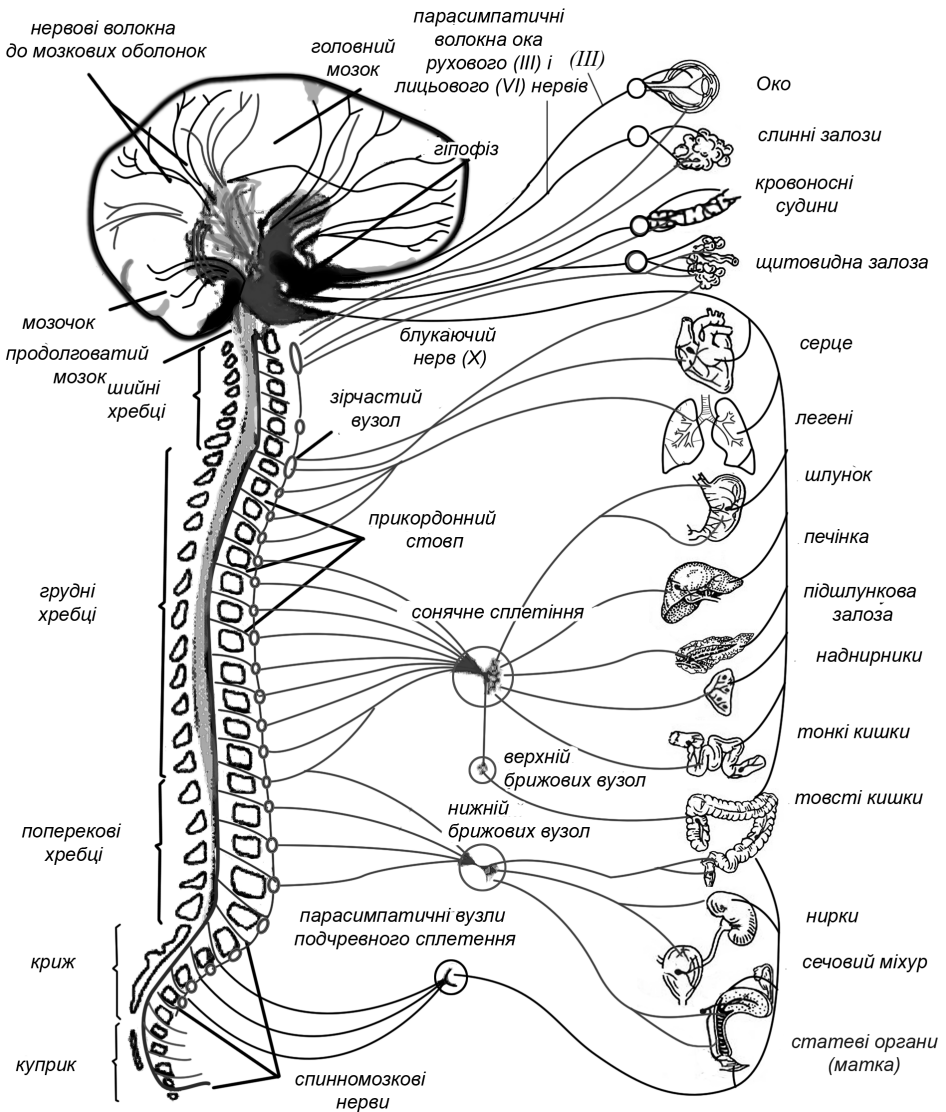
1 – задній ріг; 2 – передній ріг; 3 – передній корінець; 4 – вузол симпатичного стовбура; 5 – сіра сполучна гілка; 6 – передня гілка; 7 – біла сполучна гілка; 8 – гілка мозкової оболонки; 9 – спинномозковий нерв; 10 – спинномозковий вузол; 11 – задня гілка; 12 – задній корінець.



**Мал. 3. Будова хребетного стовпа**

спинномозкових нервів та інших структур. Периферичну нервову систему складають черепні та спинномозкові нерви, а також нерви та сплетіння вегетативної нервової системи. (Мал.3, 4)

В межах центрального каналу спинного мозку передній (руховий) і задні (чутливі) корінці поступово зближуються, потім зливаються і утворюють до спинномозкових вузлів корінцевий нерв, після – спинномозковий нерв. Завдяки такому злиттю спинномозкові нерви є змішаними, так як містять рухові (еферентні) волокна від клітин передніх рогів, чутливі (аферентні) волокна від клітин спинномозкових вузлів і веге-



**Мал. 4. Схема вегетативної нервової системи (за Ярошем А. А.)**

тативні волокна від клітин бічних рогів і вузлів симпатичного стовбура. (Мал.2)

Вийшовши з центрального каналу, спинномозкові нерви поділяються на передні гілки, що іннервують шкіру, м'язи кінцівок і передньої поверхні тулуба; задні гілки, що іннервують шкіру і м'язи задньої поверхні тулуба; менингеальні гілки, що прямують до твердої оболонки спинного мозку, і сполучні гілки, що містять симпатичні прегангліонарні волокна, що слідує до вузлів симпатичного стовбура.

Передні гілки спинномозкових нервів утворюють шийне, плечове, поперекове, крижове і куприкове сплетіння. Передні гілки грудного відділу дають початок міжреберним і підреберно-му нервам.

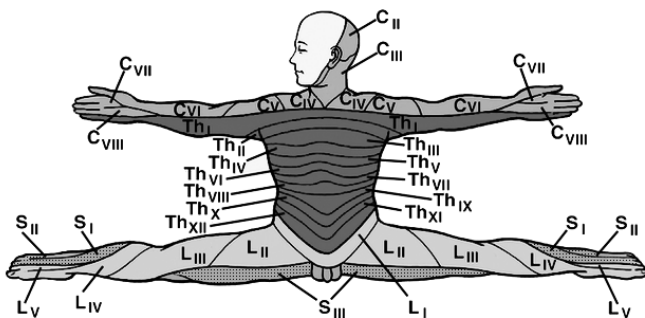
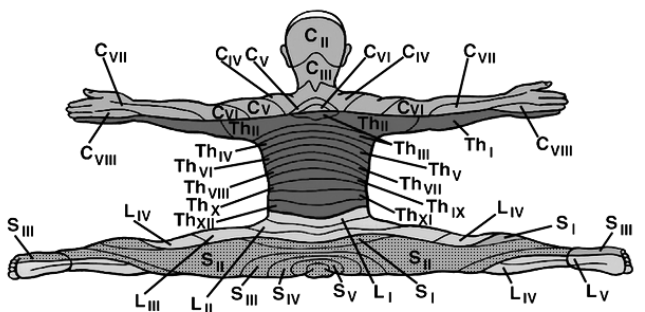
Зі сплетінь беруть початок периферичні шкірні та м'язові нерви, у формуванні яких беруть участь кілька сегментів спинного мозку.

Сіра речовина разом із передніми і задніми корінцями відноситься до сегментарного апарату спинного мозку, що виконує рухові, чутливі, рефлекторні та вегетативно-трофічні функції.

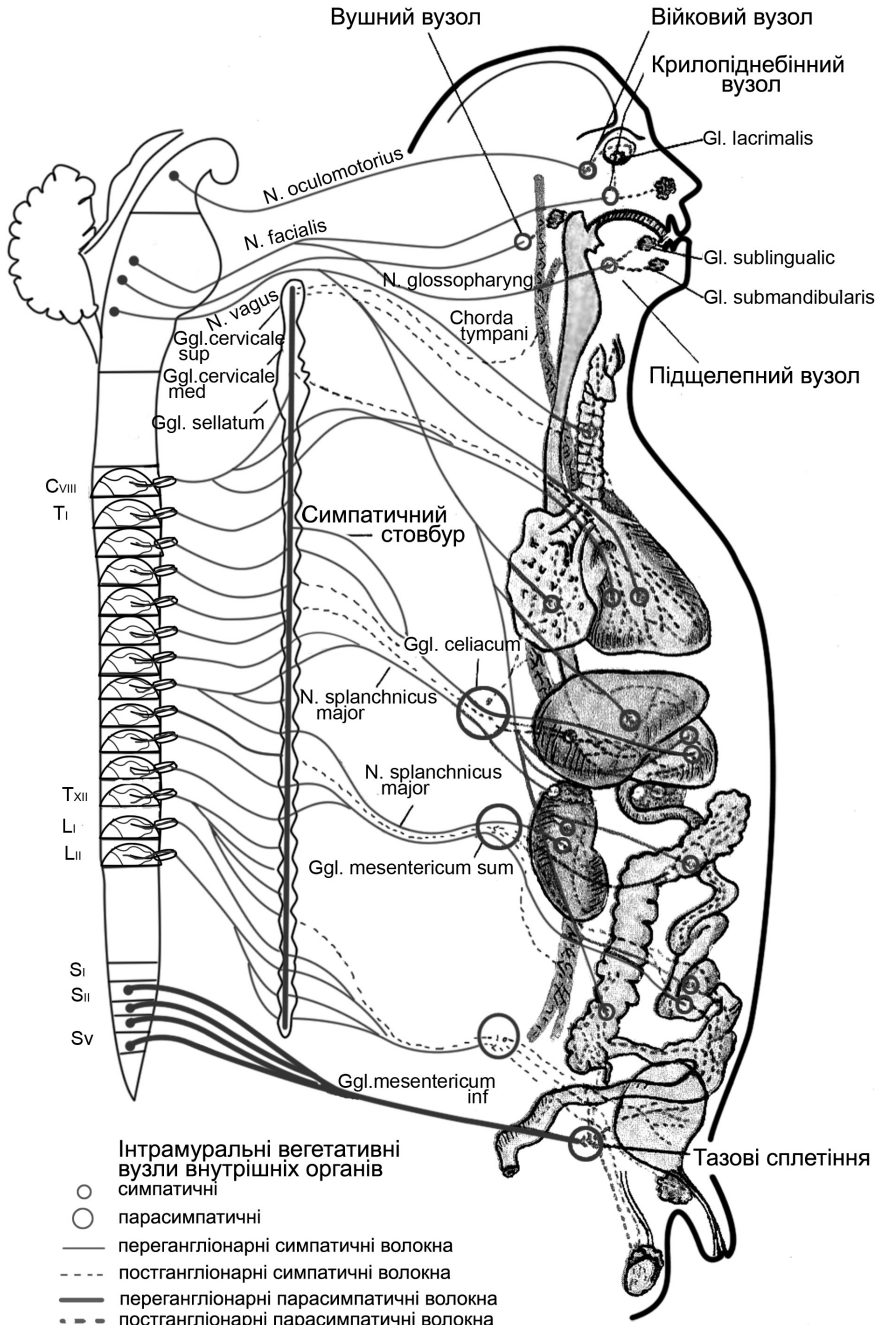
Сегмент спинного мозку входить до складу метамерія тіла, до якого відноситься також певна ділянка шкіри (дерматит), м'язи (міотом), кістки (склеротом) і нутрощі (спланхнотом), що іннервується цим сегментом. (Мал. 5)

Спинний мозок має 31-32 сегменти і поділяється на 5 відділів: шийний – C1-C8, грудний T1-T12, поперековий – L1-L5 і крижовий – S1-S5. У самому низу є один-два рудиментарних куприкових сегменти (Co1-lz 2).

Утворення центральної і вегетативної нервових систем найбільш близько розташовані до задньої поверхні тулуба людини, голови, шиї і тому при рефлекторному аплікаційному впливові найбільш ефективно включаються (активізуються) через шкіру задньої поверхні тулуба, голови, шиї. Термін «основні зони» застосований, з нашої точки зору, найбільш правильно, так як показує найбільшу функціональну активність цих зон для більш ефективної нормалізації процесів життєдіяльності у органах і системах людини



**Мал. 5. Сегментарний рівень шкірної чутливості**



**Мал. 6. Сегментарний рівень вегетативної нервової системи**

порівняно з іншими зонами, які є допоміжними зонами: передня поверхня тулуба, голови і шиї. А також названими нами додатковими зонами: зони шкіри нижніх і верхніх кінцівок, які є вторинними (периферійними) по відношенню до (центрального) структур спинного і головного мозку.

Зі сказаного вище робимо висновок: багатоголковий різнометалевий вплив бажано і найбільш ефективно застосовувати на область поверхні шкіри над хребтом справа й зліва від хребетного стовпа і на задню поверхню тулуба, голови та шиї.

Очевидно, що вибір найбільш важливої ділянки (зони, смуги, сегмента) шкіри на задній поверхні тіла буде залежати від основного діагнозу, патології, зони пошкодження тих чи інших органів, рівня сегментарної іннервації цих органів, відповідних їм шкірних метамерів тощо, а також від виду і методу рефлекторного впливу та інших, спільно й окремо застосовуваних методів, програм лікування та інших умов.

Допоміжні зони. У зв'язку з тим, що внутрішні органи і залози внутрішньої секреції знаходяться безпосередньо під передньою черевною стінкою, під грудною клітиною, в області шиї, обличчя, вплив на них або на окремі шкірні ділянки (метамери) в цих зонах з допомогою різнометалоголкових аплікаторів сприяє регуляції, нормалізації, відновленню, поліпшенню й активації діяльності цих органів допомогою рефлекторно-механічної і гальвано-електричної дії аплікаторів на рецептори соматичної, але більшою мірою вегетативної нервової системи (Мал.6). Наприклад: вплив на болісні ділянки шкіри, зони відображеного болю, зони Захар'їна-Геда сприяють зняттю болю, відновленню і нормалізації функції органів, що відповідають цим зонам. Результат досягається швидше при використанні допоміжних зон одночасно з основними і додатковими зонами.

Додаткові зони: зони шкіри нижніх і верхніх кінцівок, які є вторинними (периферійними) по відношенню до (центрального) структур спинного і головного мозку. Дуже докладно описані в голкорексфлексотерапії. На передньо-внутрішній поверхні рук і ніг є зони «Іньських» (жіночих – доцентрових – аферентних) груп каналів – меридіанів органів, розташованих на внутрішній поверхні рук і ніг, і мають різні групи точок, які відрізняються за призначенням (підсилюючих «тонізуючих» властивостей, розслаблюючих, заспокійливих «седативних» властивостей; зміцнювальних, стабілізуючих властивостей – точки «посібники»; точки «ло-пункти» – своєрідні «шлюзи», скидувачі, перекидувачі енергії із одного каналу-«органу» в інший (наприклад, з «Іньського» в «Янський» канал).

На задньо-бокових поверхнях рук і ніг є зони «Янських» (чоловічих відцентрових, еферентних) груп каналів – меридіанів органів з аналогічними за призначенням групами точок.

Використовуючи для аплікацій і впливаючи на різні групи точок тих чи інших каналів меридіанів, ми маємо можливість додатково регулювати (змінювати, підсилювати або знижувати) діяльність тих чи інших органів і систем (загальна дія). Таким чином, ми посилюємо роботу під час накладання аплікаторів Ляпко на основні і допоміжні зони і додатково надаємо (місцеву) лікувальну дію на саму зону аплікацій.

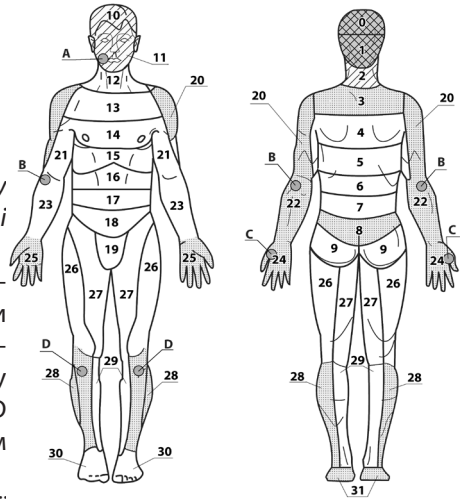


## ГОЛОВНІ БОЛІ, НЕВРАЛГІЯ ТРІЙЧАСТОГО НЕРВУ, НЕВРИТ ЛИЦЬОВОГО НЕРВУ, ЛИЦЬОВІ СИМПАТАЛГІЇ, ПОРУШЕННЯ СЛУХУ, ЗОРУ, ЗУБНИЙ БІЛЬ, ЗАСТУДНІ ЗАХВОРЮВАННЯ.

Рекомендовані зони (мал. 7) для підбору аплікаційного впливу: основні 0, 1; додаткові 2, 10, 11; допоміжні 3, 8, 22, 24, 25, 31 (28), 20

**Загальні рекомендації.** На руках допоміжні зони краще брати перехресно. При будь-якій болі в правій половині обличчя, наприклад, в точці (т.) А: слід впливати на саму точку А, точку В праворуч, т. С ліворуч і т. D праворуч маленьким аплікатором протягом 7-30 хв.

**Додаткові рекомендації.** При невралгії трійчастого нерву, особових симпаталгіях і зубному болю додатково застосовувати маленький аплікатор у зонах найбільшого болю на 10-30 хв. і короткочасно (2-5 хв.) на симетричні зони. Також необхідний вплив на мочку вуха з боку болю. Для підвищення ефективності слід короткочасно (1-2 хв.) впливати на мочку вуха здорової сторони обличчя. Для зняття болю після екстракції зуба впливати на мочку вуха маленьким пензликом, на т. В на стороні болю або на т. С на протилежній руці. При лицьових невритах дуже ефективним є відновлення за допомогою валика для обличчя. Лікування починають зі здорової сторони – 3-5 хв., потім впливають на хвору сторону протягом 7-10 хв.

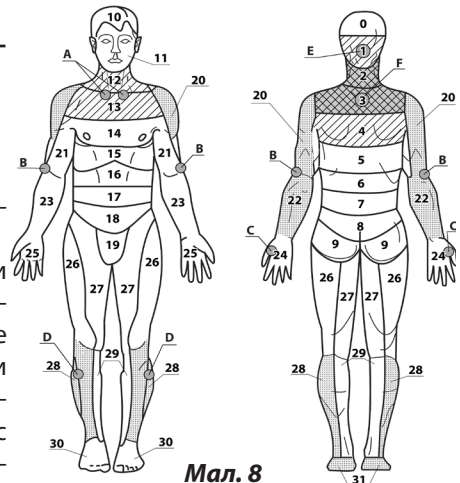


Мал. 7

## ФАРИНГІТИ, ЛАРИНГІТИ, АНГІНИ, ЗАСТУДНІ ЗАХВОРЮВАННЯ, ХВОРОБИ БРОНХІВ І ЛЕГЕНЬ, НЕВРОЛОГІЧНІ СИНДРОМИ ОСТЕОХОНДРОЗ ШИЙНОГО ТА ГРУДНОГО ВІДДІЛІВ ХРЕБТА, ШИЙНО-ПЛЕЧОВА ПЛЕКСАЛГІЯ, АРТРИТИ, НЕВРИТИ.

Зони аплікацій (мал. 8): основні 2, 3; додаткові 1, 4, 12, 13; допоміжні 20, 22, 28, 31.

**Загальні рекомендації.** Застосовуючи аплікатор, використовують основні, додаткові і зони максимального болю, але при дуже виражених болях слід накладати аплікатори вище і нижче больової зони або використовувати точки і зони протилежного боку. Час експозиції 10-30 хв. При застудах, бронхіальній астмі рекомендовано тривало впливати маленькими аплікаторами перехресно. На-



Мал. 8

приклад, в точку D ліворуч, у точку C з правого боку, т. В зліва, в центр точок А і Е або F (мал. 8).

Усі захворювання органів дихання, особливо алергічного характеру, потребують корекції дихання. Необхідно регулювати дихання в бік зменшення його інтенсивності, стримуючи його (дихання повинне бути безшумним, невидимим). Для цього найбільше підходять метод К. П. Бутейко, пранаями з системи йоги з тривалими паузами після вдиху і видиху, дихання через апарат Фролова, дихання під щільною кводрою. Всі ці методи спрямовані на збереження і накопичення вуглекислого газу (CO<sub>2</sub>) до нормальних величин близько 6,5% у складі крові. Ця концентрація CO<sub>2</sub> підтримується в крові здорових людей, і тільки при таких умовах кисень повітря (O<sub>2</sub>) повністю доставляється всім тканинам організму. Концентрація CO<sub>2</sub> 6-6,8% по відношенню до інших газів у крові – це стан, що сприяє максимальному виділенню біологічно активних речовин і призводить до найбільшої життєвої активності всіх органів і систем організму людини і надійної захищеності від хвороб.

**Додаткові рекомендації.** При застудних захворюваннях, хронічних хворобах бронхів і легенів аплікатором користуються як «гірчичником». Лікування завжди завершується аплікацією стоп. Стопи перед аплікацією можна розігріти і зволожити (заввичай при застудах, що супроводжуються високою температурою, стопи на дотик холодні й сухі). Для цього 3-7 разів на день впливати валиком або аплікатором по 5-10 хв.

Можна поставити ноги на «Устілки плюс» або на будь-який інший аплікатор, це можна зробити, сидячи на стільці, одночасно натискаючи на голки аплікаторів стопами. Для закріплення ефекту після застосування аплікаторів корисно використовувати розтирки з кедровою, ялицевою олією та іншими лікарськими травами.

Для зняття нападу бронхіальної астми слід лягти на аплікатор основною зоною (1, 2, 3) або використовувати аплікаційний пояс; аплікаційний валик або маленьким аплікатором проводити вплив в області верхніх відділів передньої поверхні грудної клітини в зонах 12 і 13 протягом 10-20 хв. При цьому необхідно стримувати дихання або хоча б дихати з довгим видихом через стиснуті губи.

При нежиті, алергічному або простудному риніті на аплікаторі лежати зоною 1 або носити його прибинтованим до потилиці 2-5 разів на день по 10-20 хв. Можна застосувати кругове замотування 2-3 витками стрічкового аплікатора («Чарівна стрічка «Здоров'я») з захопленням потиличної області, верхньої щелепи і верхньої губи, додатково корисно використовувати задню і передню поверхні шиї, як для аплікаційного впливу окремими аплікаторами, так і для кругового обмотування стрічковими аплікаторами.

Можлива обробка всіх цих зон за допомогою валика протягом 15-20 хв. Надзвичайно важливо під час процедури, а також протягом 30-60 хв. максимально стримувати дихання (дихання повинно бути невидимим і нечутним).

При виражених і стійких больових синдромах у верхніх кінцівках доцільно використовувати аплікатор або валик на симетричні зони протилежної (здорової) сторони.

**СТЕНОКАРДІЯ, КАРДІАЛГІЇ, ОСТЕОХОНДРОЗ (А ТАКОЖ РАДИКУЛІТИ, МІОЗИТИ, НЕВРАЛГІЇ) СЕРЕДЬНОГО ТА ГРУДНОГО ВІДДІЛІВ ХРЕБТА, БРОНХІТИ, МАСТИТИ, СЛАБКА ЛАКТАЦІЯ У МАТЕРІВ, ЩО ГОДУЮТЬ.**

Зони аплікації (мал. 9): основна 4; додаткові 3, 5, 13, 14; допоміжні 21, 23, 25, 29, 31.

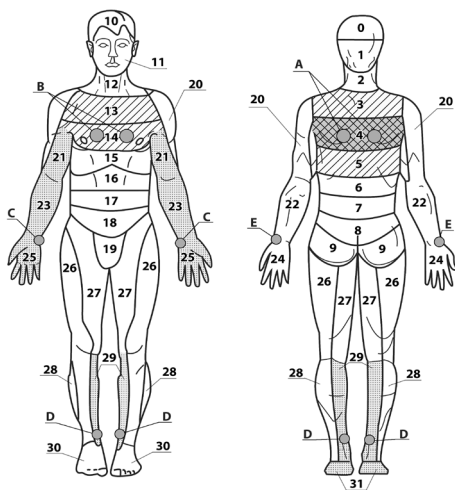
**Загальні рекомендації.** Застосовувати аплікатори на зони 3 і 4 протягом 15-20 хв.; маленьким аплікатором короткочасно (2-3 хв.) впливати на передню поверхню грудної клітини праворуч або ліворуч (вибірково) і внутрішні поверхні зап'ястя поперемінно (впливати з вібрацією).

**Додаткові рекомендації.** Кардіалгії (болі в області серця), як правило, супроводжуються остеохондрозом шийного або грудного відділів хребта. Впливати потрібно на больові точки в області грудної клітини і паравертебрально вздовж грудного відділу хребта, а також маленьким аплікатором або валиком у зонах проєкції кистей і стоп. З метою потенціювання (посилення) впливу в рецептуру необхідно включати симетричні точки і зони протилежного боку. Наприклад, зона болі зліва – прикладати праворуч.

Стенокардія проявляє себе нападами болю стискаючого, задушливого характеру за грудиною або в області серця, які віддають частіше в ліве плече, руку, шию. Для купірування нападу необхідно використовувати маленький аплікатор на зону навколонігтьового ложа мізинця, спочатку ліворуч, а потім праворуч, зону відповідності серця на кисті і стопі (Су-Джок-терапія). Можна відшукувати найбільш болючі і чутливі зони, а потім впливати (можна інтенсивно) на них. Для лікування і профілактики стенокардії аплікатори застосовують на шийний і середній грудний відділи хребта, зони передпліччя, кисті і стопи. Можливе також носіння маленьких аплікаторів перехресно, наприклад, у точці А зліва, т. В зліва, т. С ліворуч, тобто праворуч, т. D ліворуч і навпаки (при повторній процедурі). Можлива додаткова обробка валиком цих зон.

У матерів, що годують, при маститах аплікатор накладають на запалену зону молочної залози і зону 4 на 10-15 хв. 1-3 рази на день. Валиком цю зону можна обробляти протягом 5-7 хв. 1-3 рази на день. Тривало впливати на область ущільнення молочної залози у матерів, що годують, можна маленькими аплікаторами, зафіксувавши їх еластичним бинтом на 30-60 хв. Можливе застосування «Чарівної стрічки «Здоров'я» шляхом кругового бинтування зон 4 і 14.

Звертаємо Вашу увагу на те, що будь-яке локальне ущільнення або незвичайне утворення молочної залози необхідно показати лікарю!



**Мал 9**

## ГІПЕРТОНІЧНА ХВОРОБА, ГІПОТОНІЯ, ВІДНОВЛЕННЯ ПІСЛЯ ІНСУЛЬТІВ

Зони аплікацій (мал. 10): 1, 2, 3; додаткові 0,4 (14); допоміжні 7, 25, 28, 29, 31.

**Загальні рекомендації.** При артеріальній гіпертензії (гіпертонії) впливати на зони 1, 2, 3 (мал. 10) довгостроково, 20-30 хв., поступово збільшуючи площу впливу (паравертебральні точки вздовж хребта, крижова область, гомілки, стопи).

При зниженні артеріального тиску (гіпотонії) впливати на обмежену площу зон 1, 2, 3 короткий час – 5-10 хв.

Артеріальна гіпертензія та гіпотензія можуть супроводжуватися або поєднуватися з синдромами остеохондрозу шийного відділу хребта.

Якщо в області потилиці, голови, шиї є зони або точки вираженого болю, на них слід впливати аплікатором протягом 20-30 хв. або фіксувати маленькі аплікатори на 30-60 хв.

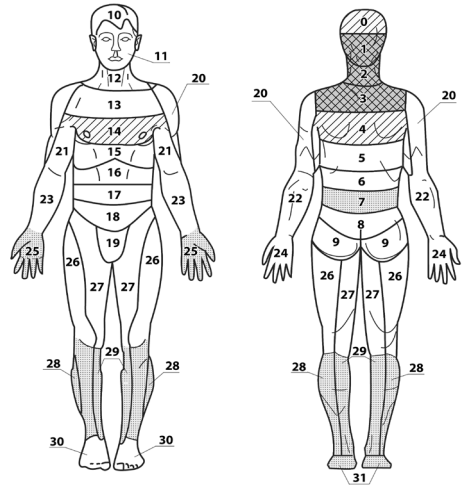
З метою реабілітації хворих після перенесеного інсульту аплікатори застосовують на всі відділи хребта, на кінцівки, область голови та шиї. Починати сеанс необхідно зі здорової сторони, обов'язково завершуючи процедуру впливом на стопи (сидячи або стоячи). Лікування проводити з урахуванням артеріального тиску пацієнта.

**Додаткові рекомендації.** При гіпертонічній хворобі можна починати вплив, обкатуючи стопи і литкові м'язи валиком протягом 2-5 хв. або аплікаторами 7-10 хв. Потім довгостроково, 10-15 хв. валиком або 20-30 хв. аплікатором, впливають на основні зони 2, 3, 4, залучаючи поступово вказані вище і нижче зони 0, 1, 5, 6, 7, 13, 14.

Якщо при гіпертонії вплив на тільки один верхній відділ хребта є неефективним, необхідно протягом короткого часу (7-10 хв.) впливати також на крижову зону, зону наднирників та завершити сеанс 3-5-хвилинною аплікацією стоп. Для посилення відтоку крові від голови і більш ефективного зниження артеріального тиску завершити сеанс аплікаціями на литкові м'язи і стопи (валик 2-5 хв., аплікатор 5-10 хв.). У разі гіпотонії беруться ті ж зони, в тому ж порядку, але на короткий час (3-5 хв.) до появи бадьорості, підвищення загального тону та нормалізації артеріального тиску. Підвищує ефективність лікування гіпертонії та гіпотонії регулювання дихання у бік його стримування і уповільнення за методом К. П. Бутейко, а також асани і пранаями з затримкою дихання з системи йоги та ін.

Надзвичайно важливо протягом усього часу доби (місяць і більше) контролювати дихання «у бік» його стримування, а в нічний час спати в «дихальній піраміді» або під ковдрою.

При високому тиску (гіпертонії) аплікатор Ляпко рекомендується застосовувати паралельно з медикаментозним лікуванням, контролюючи артеріальний тиск.



Мал. 10

## ЗАХВОРЮВАННЯ СТРАВОХОДУ, ШЛУНКА, ПЕЧІНКИ, ЖОВЧНОГО МІХУРА; НЕВРОЛОГІЧНІ СИНДРОМИ ОСТЕОХОН- ДРОЗУ НИЖНЬОГРУДНОГО ВІДДІЛУ ХРЕБТА (А ТАКОЖ МІОЗИТИ, РАДИКУЛІТИ В ЦЬОМУ ВІДДІЛІ), ОЖИ- РІННЯ

Зони аплікацій (мал. 11): 5 основні; додат-  
кові 6, 15, 16, 17; допоміжні 21, 23, (25), (28), 29,  
30, 31 (26 при ожирінні).

**Загальні рекомендації.** При патології жовчовивідних шляхів, стравоходу, шлунка, що супроводжуються зниженням апетиту, зниженим харчуванням, дискінезіями та іншими симптомами функціональної недо-  
статності травної системи, рекомендується вплив аплікатором або валиком на зони жи-  
вота, спини, попереку після їжі з метою активізації та стимуляції ферментних систем і покращення засвоюваності їжі. При надмірній вазі вплив частіше проводиться до їжі (натщесерце). Таке застосування аплікатора знижує апетит, зменшує кількість їжі, що споживається, та включає механізм спалювання непотрібних запасів жиру, переводячи її у діяльну енергію, необхідну організму.

При остеохондрозі нижньогрудного відділу хребта, гепатитах, холециститах буває достатньо впливу на зони 5, 6, 15, 16, 17 (мал. 11), додатково на зовнішню поверхню 26-28 зон (область колінного суглоба і зовнішньої щиколотки), а також вплив на зону 22, вгору по ліктьовій стороні. При виражених загостреннях не застосовувати аплікатор на зони максимального болю, а використовувати прилегли до них зони, напри-  
клад, вище або нижче.

**Додаткові рекомендації.** При хронічних гепатохолециститах, дискінезіях жовчно-  
го міхура аплікатор можна застосовувати як «грілку» на область правого підребер'я.

При патології печінки, секреторній недостатності шлунка, підшлункової залози – вплив короткочасний 5-7 хв.; на больові точки зон 15-16 (зона епігастрія) і зони 5-6 впливати до появи відчуттів тепла, розслаблення і зникнення болю.

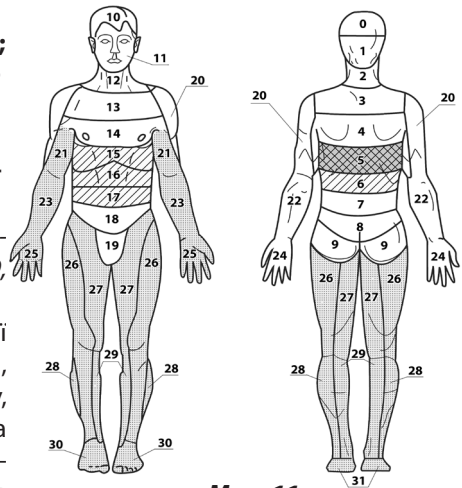
Допоміжні точки: низ 23-ї зони праворуч (на руках), низ 29-ї зони зліва і навпаки.

При надлишку ваги (ожиріння), целюліті – вплив на великі поверхні тулуба, живота і ніг. Аплікації на зони 5, 6, 7, 8 (15-20 хв.), бажано до їжі і додатково – зони 15, 16, 17, 18. Критерій завершення дії – поява відчуття тепла у шлунку.

При патології внутрішніх органів, що супроводжується ожирінням, використовувати аплікатор на зони гомілок, стегон – зони 27-29, передпліччя і плеча – зони 21-23.

Для усунення надмірної жирової клітковини на окремих ділянках необхідно додатково впливати валиком протягом 3-5 хвилин на кожну з перерахованих зон до появи стійкої гіперемії і відчуття приємного тепла.

При явищах целюліту, після застосування аплікаційного валика (5-7 хв.) рекомендовано втерти в ці зони антицелюлітні креми, гелі і знову обробити зони валиком



**Мал. 11**

протягом 2-3 хв. Обов'язково включати в рецептуру вплив аплікаторами або валиками на зони 5-6, 2-3 рази на день.

При ожирінні (додаткове використання зон 26, 27, 7, 8, 9, 16, 17, 18, допустимі й інші варіанти), тривале кругове обертання стрічковими аплікаторами (25-40 хв. і більше) або обкачування валиком протягом 20-30 хв. і більше. Ці заходи посилюють обмінні процеси, сприяють спалюванню надмірної жирової тканини не тільки підшкірно жирової клітковини, але і холестерину (холестеринових бляшок) в судинах. Ефективність і результативність значно (особливо за часом) вище при одночасному включенні ендogenousного дихання, що включає процеси згоряння зайвих жирів шляхом обмеження надходження в організм кисню зовнішнього повітря за допомогою «Дихальної піраміди Ляпо» (інші способи: тривала затримка (управління диханням) протягом 3-5 годин за методом К. П. Бутейко, сон, накрившись 2-3 ковдрами з головою, та інші методи управління диханням). Це дозволяє активізувати кисень, що знаходиться в жировій тканині, і включити механізм згоряння цього ендogenousного (внутрішнього) кисню разом із жировою тканиною з невеликою кількістю зовнішнього, екзогенного (вдихуваного з повітрям) кисню.

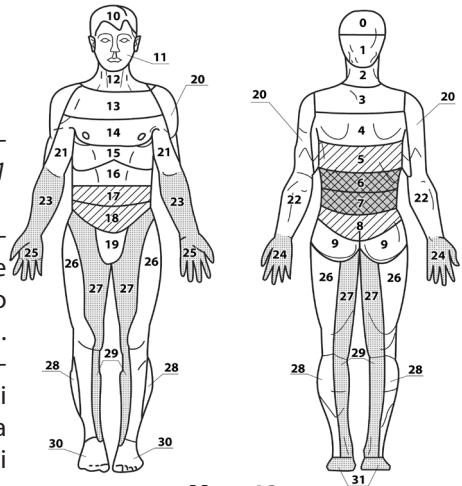
Це можливо лише в тому випадку, якщо ми, затримуючи (зменшуючи) дихання або перешкоджаючи втраті CO<sub>2</sub> (за допомогою дихальної піраміди, дихального скафандра, перфорованого мішка, резервуара повітря навколо голови і тулуба при укрітті 2-3 ковдрами без щілин) зберігаємо наш внутрішній, надзвичайно корисний нам вуглекислий газ у повітрі, що вдихається, в концентрації 0,5-3% (замість звичайних 0,03-0,1%), що, відповідно, дозволяє підтримувати концентрації CO<sub>2</sub> 6-6,8% у крові так, як у здорової людини.

### **ВИРАЗКОВА ХВОРОБА ШЛУНКА І ДВАНАДЦЯТИПАЛОЇ КИШКИ, ЗАХВОРЮВАННЯ ТОНКОГО КИШЕЧНИКА, НИРОК, НИРКОВА КОЛІКА.**

Зони аплікації (мал. 12): основні 6, 7; додаткові 5, 8, 17, 18; допоміжні 23, 25, 24, 27, 29, 31 (1,2).

**Загальні рекомендації.** Виразкова хвороба шлунка і дванадцятипалої кишки частіше супроводжується гіперсекрецією шлункового соку. Вплив аплікатора тривалий – 20-30 хв. Якщо больовий синдром виражений, аплікатор прикладають на ділянку спини вище і нижче проєкції болю. На зони 17-18 можна фіксувати маленькі аплікатори або аплікаційні пояси, аплікаційні стрічки на 30-40 хв. Можна обробляти ці зони валиком 10-15 хв. і більше.

Головна умова – перехід до комфортних відчуттів, зникнення болів. Якщо біль зберігається – використовувати віддалені зони: стопи, внутрішню поверхню зон 29 (щиколотки) і зони 23-25 (кисті). Іноді ефективна обробка шиї, потилиці (зони 1-2).ки



**Мал. 12**

и зони 23-25 (кисти). Иногда ефективна обробка шеї, затылка (зони 1-2).

**НЕВРОЛОГІЧНІ СИМПТОМИ  
ОСТЕОХОНДРОЗУ ГРУДНОГО І  
ПОПЕРЕКОВОГО ВІДДІЛІВ ХРЕБТА,  
МІОЗИТИ, РАДИКУЛІТИ, АРТРИТИ І  
АРТРОЗИ СУГЛОБІВ ВЕРХНІХ КІНЦІВОК**

Зони аплікацій (мал. 13): основні 6, 7; додаткові 8, 17, 18, 27; допоміжні 22, 26, 28, 30, 31.

**Загальні рекомендації.** При неврологічних симптомах остеохондрозу хребта найчастіше лягають спиною на аплікатори, розташовані вздовж усього хребта. При добрій переносимості аплікатори можна розташувати по всій площі шиї, спини, попереку і тазу. При болях у грудному і поперековому відділах хребта аплікатори використовують під ці відділи (зони 6, 7),

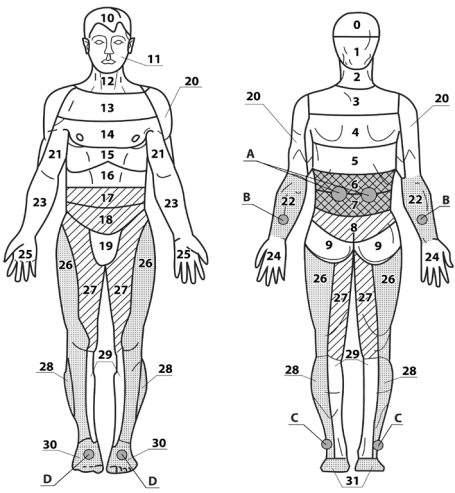
а додатково для посилення ефекту розміщують аплікатори під руки, під ноги або на відповідні ділянки грудної клітини, живота, притискаючи їх мішечками з піском. При вираженому болю, наприклад, в точці А праворуч, рекомендується додаткова обробка валиком, втирання кремів, що мають розігрівуючий, знеболюючий ефект, природного, рослинного походження, а потім носіння маленьких аплікаторів, зафіксованих, наприклад, у точці А праворуч, у т. В зліва, в т. С праворуч, у т. D ліворуч або праворуч (мал. 13).

**Додаткові рекомендації.** При неврологічних симптомах остеохондрозу грудного і поперекового відділів хребта найбільш ефективним є комплексне лікування. Так, металоаплікацію зазначених зон і точок рекомендується поєднувати із застосуванням кремів, зі звичайним масажем або масажем за допомогою масажера «Фараон». Додатково можна проводити обробку больових і прилеглих зон за допомогою аплікаційного валика, а також тривало носити маленькі аплікатори в точках максимального болю (поперекова обл., по ходу сідничного нерва) – зони 26-28, 7, 8. Можливий короткочасний вплив на симетричні зони здорової сторони. На вищевказані зони можна застосовувати аплікаційні пояси, «Чарівну стрічку «Здоров'я».

При відсутності протипоказань, доцільно поєднувати аплікацію з сеансами мануальної терапії у фахівця, що володіє цим методом.

При артритах, артрозах верхніх кінцівок рекомендується бинтування «Чарівної стрічкою «Здоров'я» на 10-15 хв. області запалених суглобів; додатково можна використовувати зони протилежного боку.

Хронічні радикуліти з тривалим загостренням і випаданням функцій припускають тривале лікування протягом кількох місяців, по 3 курси, з перервами на 1-2 тижні. Після аплікацій рекомендовано використання мазей, що володіють розігрівуючим, знеболюючим ефектом.



**Мал. 13**

Багатоцільова терапія аплікаторами Ляпко добре поєднується практично з усіма видами фізіотерапевтичного лікування.

При наявності зон оніміння добре проходить валиком 5-6 зони, а також зони рук, ніг, шиї.

### НЕВРОЛОГІЧНІ СИМПТОМИ ОСТЕОХОНДРОЗУ ПОПЕРЕКОВО-КРИЖОВОГО ВІДДІЛУ ХРЕБТА (А ТАКОЖ РАДИКУЛІТИ, МІОЗИТИ В ЦЬОМУ ВІДДІЛІ).

Зони аплікацій (мал. 14): основні 7, 8; додаткові 9, 18; допоміжні 22, 26, 28, 30, 31.

**Загальні рекомендації.** При неврологічних симптомах остеохондрозу попереково-крижового відділу хребта на правильно укладені аплікатори лягають попереком і розташовують аплікатори вздовж усього хребта. При гарній переносимості аплікатори можна розташовувати по всій площі спини, попереку і тазу. Наприклад, при виражених, тривалих болях зліва в точках A1, A2 або A3 (мал. 14) у перші дні не рекомендується впливати на ці точки; доцільно впливати на протилежні або інші, нижні зони: спочатку проводимо аплікацію в точках A1, A2, A3 + C праворуч, а через 2-3 дні впливаємо на всі зони 20-40 хв. за допомогою аплікатора і 10-15 хв. за допомогою валика.

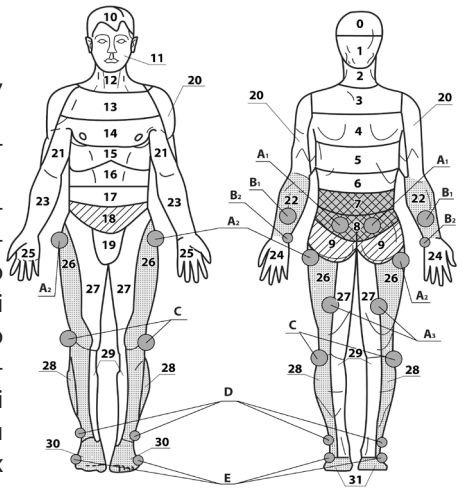
У проміжках між сеансами хороший ефект може дати носіння протягом 1-3 годин маленьких аплікаторів в точках A1, A2, A3 зліва, B1 праворуч, B1 ліворуч, D праворуч, E ліворуч (мал. 14). Для цього використовувати пояс з динамічними аплікаторами або аплікатор «Краплинка» на паску.

**Запам'ятайте!** Хороший лікувальний ефект досягається тільки при правильному виконанні рекомендацій та індивідуальному підборі зон і методів впливу.

При хронічному перебігу і для профілактики остеохондрозу попереково-грудного, попереково-крижового відділів хребта рекомендовано носіння маленьких аплікаторів та аплікаційних поясів у місцях найбільших болю (поперек, сідничний нерв) – зони 26-28, 7-8.

При ішеорадикулітах добре короткочасно впливати на симетричну зону протилежної ноги – зони 26-28 зліва, зони відповідності на кистях і стопах (методика Су Джок терапії).

**Додаткові рекомендації.** При болях внизу живота, в крижах, попереку, нижніх кінцівках, а також при захворюваннях та порушенні функцій органів малого тазу аплікатори використовують на поперековий відділ, крижово-сідничну область – зони 7, 8, 9 (мал. 14) на 15-30 хв. Посилити ефект можна, одночасно поклавши аплікатор під гомілки. Завершити сеанс краще аплікацією стоп (5-10 хвилин), вико-



Мал. 14



ристовуючи «Устілки плюс».

При попереково-крижовому радикуліті успіх лікування залежить від підходу (він повинен бути індивідуальним і комплексним) і вибору точок, методу впливу.

### П'ЯТКОВА ШПОРА

**П'ятова шпора** – один із симптомів прояву попереково-крижового остеохондрозу хребта та вродженої або набутої патології, пов'язаної з підвивихом або неправильним формуванням взаємовідносин суглоба зі стопою, які завжди пов'язані зі структурно-функціональними особливостями попереково-крижового відділу хребта і корінців, що проходять у цих зонах. Тому відразу потрібно впливати на область попереку аплікатором або поясом «Малюк», час впливу – 12-25 хв. до відчуття приємного тепла.

**1-а процедура:** починати треба з прокатування області п'яти валиком (якщо турбує сильний біль, можна валиком лицьовим чи універсальним), повертаючи стопу вправо, вліво, час 3-5 хв., для того, щоб п'ятка «звикла» до аплікатора, потім обкатують усю стопу, час 5-7 хв. Після процедур можливе тривале (20-60 хв.) прибинтовування маленького аплікатора або носіння пояса з аплікатором у зоні найбільшої болю.

**2-а процедура:** починати завжди всі наступні процедури з п'яти, переходячи на стопу, поступово збільшуючи час впливу з кожною процедурою, доводячи поступово до 30 хвилин.

У наступних процедурах поступово намагаються впливати на аплікатор стоячи, з невеликим натиском.

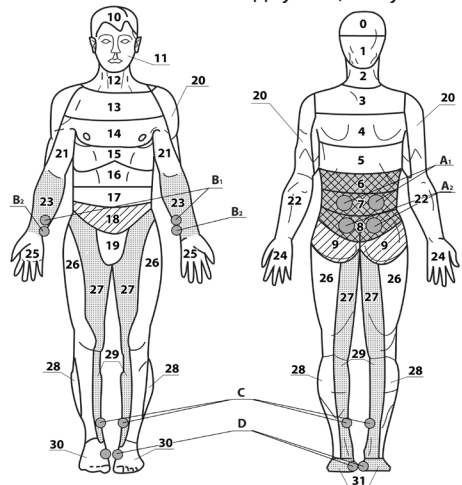
Після першого сеансу, частіше після третього, біль у п'яті посилюється – боятися не треба – це природна саногенетична (оздоровча) реакція організму.

Курс лікування 7-9-12 процедур до зменшення больових відчуттів, лікування можна повторити через 2-4 тижні.

### СЕЧОКАМ'ЯНА ХВОРОБА, НИРКОВА КОЛІКА, КОЛІТИ, ЗАКРЕПИ, ДОПОМОГА У ЗБЕРЕЖЕННІ ВАГІТНОСТІ (М'ЯКИЙ ВПЛИВ)

Зони аплікації (мал. 15): основні 6, 7, 8; додаткові 9, 18; допоміжні 23, 27, 29, 31.

**Загальні рекомендації.** При сечокам'яній хворобі, нирковій коліці, колітах, закрепах рекомендується обов'язкове поєднання застосування аплікаторів на область спини, на основні зони 6, 7, 8 (мал. 15) з одночасним впливом за допомогою маленького аплікатора або валика на область живота, зони 18, 17, 16. При колітах, дискінезії кишечника,



**Мал. 15**

закрепах починати вплив з тих зон, які найбільш швидко допомагають досягти лікувального ефекту (16,17,18) – зняття болювого синдрому, усунення здуття і напруги кишечника, нормалізації перистальтики і виділення. Рекомендується тривале носіння «Чарівної стрічки «Здоров'я» з додатковими періодичними натисканнями, притисками, протисками за допомогою рук аплікаторів до тіла протягом 15-30 хв.

**Додаткові рекомендації.** При сечокам'яній хворобі, нирковій коліці на аплікатор можна покласти гарячу грілку, на зони 6-7, впливаючи при цьому валиком по ходу іррадіації болю на передню поверхню живота до їх зникнення. Додатково обробити внутрішні поверхні гомілок і стегон.

Після оперативного втручання для прискорення загоєння і відновлення функції кишечника рекомендується використовувати аплікатори вище і нижче місця операції (притиснувши їх мішечками з піском), одночасно або попередньо провівши аплікацію на відповідну зону спини, попереку або крижів. Також можна використовувати «Чарівну стрічку «Здоров'я». При відсутності протипоказань, для ще більш ефективного «включення» кишечника можна полежати на аплікаторі усім животом або відповідною зоною живота 15-20 хв. (так само роблять при закрепях, дискінезії і атонії кишечника).

У всіх перерахованих випадках можна використовувати маленькі аплікатори на зони внутрішніх поверхонь гомілок, стегон (наприклад, т. А, В, С, D).

Для збереження вагітності, а також для поліпшення умов її розвитку рекомендується застосування аплікаторів із дрібним кроком голок (3,5-4,9 мм). Відчуття при цьому обов'язково повинні бути комфортними. Аплікатори і валики використовуються на паравертебральні зони, зони передпліч і гомілок, а також кисті та стопи. Вплив валиком має бути м'яким і делікатним.

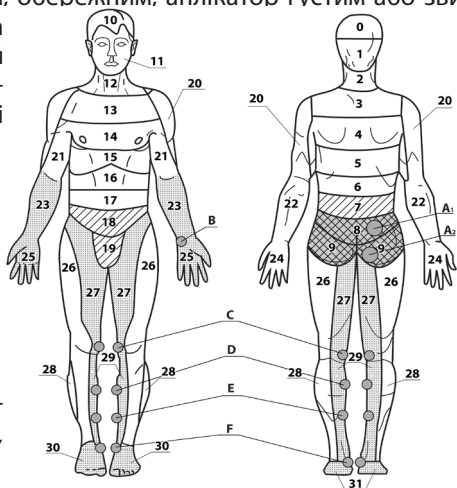
При ранніх токсикозах вагітності (блювання, нудота) аплікатором або валиком впливають на область верхніх відділів попереку (зона 6), зону вище пупка (зона 16), низ грудної клітини (зона 15) протягом 10-20 хв., кисті і стопи – 3-5 хв.

Для зняття болювого синдрому в попереково-крижовому відділі у вагітних, поліпшення кровопостачання матки і повноцінного розвитку плоду рекомендується впливати на зони 7, 8, 9. Вплив має бути м'яким, обережним, аплікатор густим або звичайним, можливе укладання аплікатора на тонку пелюшку на 10-15 хв. Рекомендований легкий, лоскотливий вплив на область живота за допомогою валика, що усуває біль і знімає спазми м'язів живота і матки.

**ЗАХВОРЮВАННЯ ОРГАНІВ МАЛОГО ТАЗУ, ЗАПАЛЕННЯ МАТКИ І ПРИДАТКІВ, ЦИСТИТИ, УРЕТРИТИ, ПРОСТАТИТИ, СІГМОЇДИТИ, ГЕМОРОЙ, ТРИЩИНІ АНУСА, ІМПОТЕНЦІЯ, ФРИГІДНІСТЬ, НІЧНИЙ ЕНУРЕЗ.**

Зони аплікацій (мал. 16): основні 8, 9; додаткові 7, 18, 19; допоміжні 27, 29, 30, 31, (23, 25).

**Загальні рекомендації.** Ефективним є поєднання статичних аплікаторів із валика-48



**Мал. 16**

ми або маленькими аплікаторами (мал. 16) в області нижніх відділів живота, а також тривалого носіння (від 1 до 3 годин) в точках А-Ф в різних поєднаннях.

Для лікування даної патології особливо необхідний комплект зі статичних аплікаторів, валика і маленьких аплікаторів.

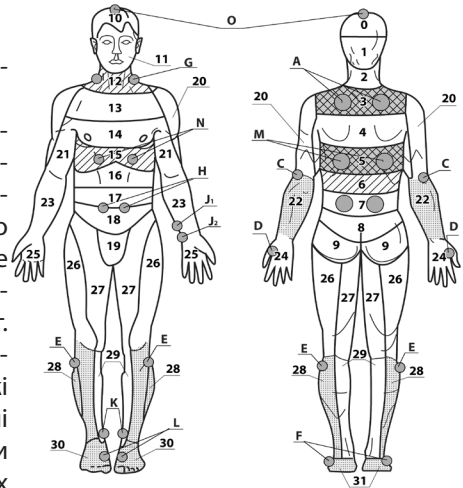
**Додаткові рекомендації.** При порушенні функцій органів малого тазу для стимуляції сечовипускання або його нормалізації аплікатори використовують протягом 10-20 хв. на попереково-крижову та сідничну область (зони 7, 8, 9). Посилюється ефект одночасною або подальшою аплікацією на область проєкції сечового міхура 5-10 хв. або обробкою зони валиком – 3-5 хв. Можна використовувати аплікаційні пояси, «Чарівну стрічку «Здоров'я», «Ромашку М». Така ж методика може бути застосована при запаленнях матки, придатків, сечового міхура, при простатитах, аденомі простати. Для посилення ефекту і поліпшення функцій сечовидільних органів, а також при простатитах і аденомі простати необхідно додатково впливати маленьким аплікатором на зону промежини (між анальним отвором і мошонкою) 5-15 хв. У подальшому цей аплікатор повинен застосовуватися тільки для цієї зони. Для лікування нічного енурезу у дітей основні зони впливу – це низ живота, крижово-сіднична область, внутрішня поверхня гомілок, стегон. Вплив за допомогою аплікатора 10-15 хв., валика 5-7 хв.

## АЛЕРГІЯ, НЕЙРОДЕРМІТ, ШКІРНИЙ СВЕРБІЖ

Зони аплікацій (мал. 17): основні 3, 5; додаткові 6, 12, 15; допоміжні 22, 28, 30, 31.

**Загальні рекомендації.** При вищезазначеній патології в точках А-О можливе тривале застосування (1-2 години) 2-4 аплікаторів поперемінно, по черзі або перехресно (один-два зліва, один-два праворуч). Краще поєднувати точки спини, шиї, потилиці з точками задніх зовнішніх поверхонь рук і ніг. Можна використовувати пересувні аплікатори «Краплинка» на поясах, маленькі «Чарівні стрічки «Здоров'я» 3-х сегментні або ін. На наступний день використовувати точки грудей, живота з точками передніх внутрішніх поверхонь рук і ніг.

**Додаткові рекомендації.** При лікуванні будь-яких алергічних захворювань обов'язково стежити за диханням і прагнути його зменшити, використовуючи метод К. П. Бутейко, систему йога та ін.



**Мал. 17**

## ТРАВМИ І ПЕРЕЛОМИ ВЕРХНІХ КІНЦІВОК, ХВОРОБА РЕЙНО

Зони аплікацій (мал. 18): основні 2, 3; додаткові 4, 13; допоміжні 20, 22, 24, (28, 30).

**Загальні рекомендації.** При переломах впливають на всі вільні поверхні рук вище і нижче місця перелому (гіпсової пов'язки). Вплив може проводитися як аплікатором

«Чарівна стрічка «Здоров'я», так і валиком. Тривалість впливу на стороні перелому в 2 рази більше, ніж на здоровій руці.

Наприклад, вплив за допомогою статичних аплікаторів протягом 15-20 хв. на шийно-комірцеву зону і на хвору руку, 5-7 хв. на здорову руку. При травмах – та ж методика.

**Додаткові рекомендації.** Хороший результат дає короткочасний вплив на симетричні зони здорової кінцівки, зони відповідності на кистях і стопах (Су Джок терапія).

При виявленні за допомогою універсального валика або валика для обличчя больових зон і зон незвичайної чутливості, на них слід фіксувати маленькі аплікатори на 1-2 години. Стимулюють і прискорюють процеси загоєння і утворення кісткової мозолі аплікатори з підвищеним вмістом мідних і цинкових голок.

При хворобі Рейно впливати аплікаторами на шийно-грудний відділ хребта (основні зони 2, 3; додаткові 4,13; допоміжні 20, 22, 24, 28, 30).

Використовуючи аплікатори, можна прокатувати легко валиком вздовж хребта, по руках, також обмотувати руки «Чарівної стрічкою «Здоров'я». Час дії – 15-30 хв.

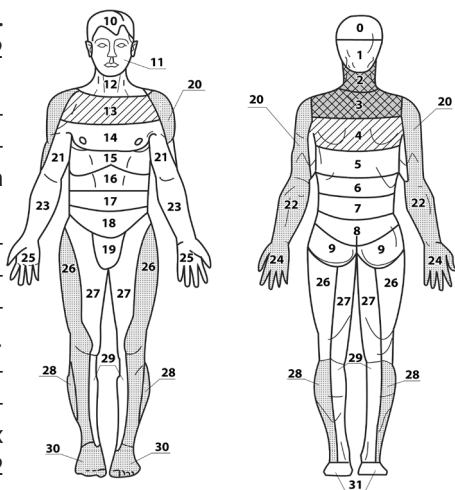
Також необхідно регулювати дихання в бік зменшення його інтенсивності, стримуючи його (дихання повинно бути безшумним, невидимим).

## ТРАВМИ ТА ПЕРЕЛОМИ НИЖНІХ КІНЦІВОК

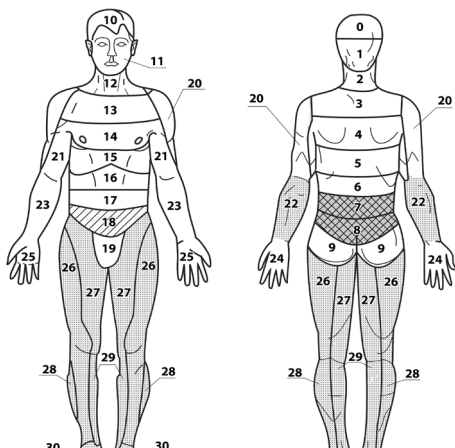
Зони аплікацій (мал. 19): основні 7, 8; додаткові 18; допоміжні 26, 28, 30, (22, 27, 29).

**Загальні рекомендації.** При переломах впливають на всі вільні поверхні вище і нижче місця перелому (виключаючи гіпсову пов'язку). Обробка може проводитися як аплікатором, так і валиком. Також можливе використання різних динамічних аплікаторів – поясів, стрічок, зафіксованих на необхідних для впливу зонах, на більш тривалий час від 30 до 60 хв. 2-3 рази на день. Тривалість впливу на стороні перелому в 2 рази більше, ніж на здоровій нозі. Наприклад, впливаємо протягом 15-20 хв.

статичними аплікаторами на попереково-крижову зону і на хвору ногу, симетрично – на здорову ногу 5-7 хв. Та ж методика при травмах.



Мал. 18



Мал. 19

**Додаткові рекомендації.** Для лікування травм, переломів аплікатор поміщають на відділ хребта, що відповідає сегментарній іннервації пошкодженої кінцівки на 15-30 хв., а потім вище або нижче місця перелому на 15-30 хв.

Якщо в зоні травми немає пошкодження шкірних покривів, то й на неї впливають 15-20 хв. аплікатором або 10-15 хв. валиком. Для посилення ефекту аплікатором або валиком періодично, по 3-5 хв., подразнюють на здоровій кінцівці зону, симетричну до місця перелому на хворій кінцівці.

## ЦУКРОВИЙ ДІАБЕТ

Зони аплікацій (мал. 20): основні 5, 6; додаткові 16, 17; допоміжні 1, 2, 23, 29, 31.

**Загальні рекомендації.** Крім зазначених зон застосування аплікаторів і валиків, досить ефективною є тривала фіксація (30-60 хв.) маленьких аплікаторів в точках А, В, С, D по чергово, перехресно, чергуючи через день стопи, використовуючи аплікатори «Краплинка» на пересувних поясах.

Наприклад, А1, А2 праворуч, В праворуч, С праворуч, D ліворуч, а на наступний день – навпаки.

**Додаткові рекомендації.** Дуже важливо уникати травматизму шкіри. Тому крок голки повинен бути меншим (3,5-4,9 мм чи можна устілки, так як на них є ще додаткові обмежувальні валики).

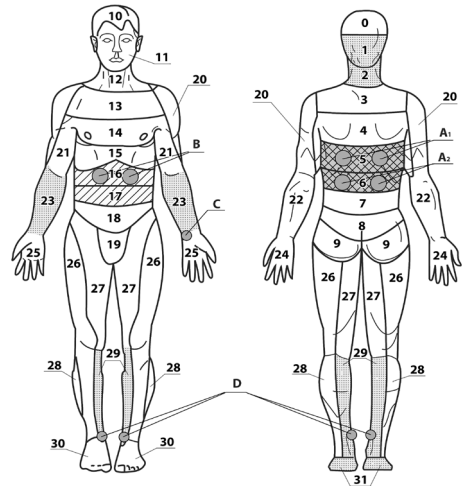
На спину лягати не треба, укладання проводиться лежачи на животі з використанням складеної вдвічі марлевої прокладки, змоченої водою або анальгіном для посилення ефекту гальванізації.

Відчуття повинні бути комфортними, безболісними, час накладення не більше 20-30 хвилин, на спину слід покласти мішечок з піском.

Обов'язково прокочувати валиком стопи, ноги (у багатьох поліневропатія нижніх кінцівок) також через тканину, добре використовувати устілки через тканину, сидячи, уникати травматизму.

При цукровому діабеті легкого ступеня багатоголкова терапія реально стабілізує рівень глюкози в крові.

При інсулінозалежних формах аплікація добре доповнює інсулінотерапію, при цьому можливе зниження доз інсуліну під контролем рівня глюкози в крові і після консультації лікаря.



**Мал. 20**

## ПАЛ «РОМАШКА-М»

Універсальний і багатофункціональний. Його відмінними особливостями є: незвичайна форма, велика площа впливу, наявність «рухливих пелюсток», які дозволяють повторювати рельєф будь-якої ділянки тіла. Крім цього, розрізавши (розділивши) ПАЛ «Ромашка-М» за зазначеними лініями, можна одержати сегменти для всіляких варіантів укладок і фіксацій на різні важкодоступні ділянки тіла.

В отвори на окремих сегментах пропускається фіксуєча шнурівка для з'єднання пелюсток і надання їм необхідної форми. По краях пелюсток є отвори для протягування гумок із застібками (фастексами), які дозволяють зафіксувати пристрій і регулювати силу притиску. Інтенсивність впливу обирається пацієнтом індивідуально за необхідності.

Розрізану на сегменти «Ромашку М» можна з'єднати і повернути їй первісний вигляд за допомогою шнурівки.

Наявність декількох модифікацій забезпечує підвищену лікувальну ефективність аплікатора і розширює можливості його застосування.

ПАЛ «Ромашка-М» може застосовуватися: на голову у вигляді «шапочки» (при головних болях, проблемах з ростом волосся), на шийно-комірцеву зону з захопленням області потилиці, на спину, плечовий пояс, грудну клітину, зони хребта, попереково-крижову область, на область живота, сідниць, промежини (при захворюваннях органів малого тазу, запаленні матки і придатків, при циститах, уретритах, простатиті, сигмоїдиті, геморої, тріщинах ануса, імпотенції, фригідності, нічному енурезі) і на будь-які інші ділянки тіла.

«Ромашка-М» може успішно застосовуватися на великі суглоби, оскільки, повторюючи форму тіла, максимально стикається зі шкірою, також можливе використання на стопи (у положенні сидячи). Фіксація аплікатора за допомогою гумки або еластичного бинта на зони великих суглобів, грудної клітини, попереку, живота дозволяє здійснювати активні рухи під час сеансу, не пошкоджуючи шкірні покриви.

Для купірування гострих сильних болів, підвищення артеріального тиску (при гіпотонії), загального життєвого тонусу і працездатності – 7-10 хв.;

для зняття тривалих хронічних болів, розслаблення, зниження артеріального тиску при артеріальній гіпертензії, досягнення снодійного ефекту – 15-30 хв. і більше

Для вибору рефлекторних зон впливу необхідно керуватися вищевикладеними схемами.

При використанні аплікатора «Ромашка-М» на зону волосистої частини голови, наприклад, для зняття головного болю, обов'язково проводити контроль артеріального тиску до і після процедури.



У пацієнтів з підвищеним артеріальним тиском тривалість дії становить 15-30 хв.; у гіпотоніків – не повинна перевищувати 7-10 хв.

## АПЛІКАТОР-ПОЯС

*Оздоровлення в русі – подвійний ефект!*

### ПАЛ пояс «Малюк»

У вас багато турбот і немає часу застосувати аплікатор? Ви не можете відірватися від улюбленої телепередачі чи комп'ютера? Хочете застосувати аплікатор, але немає часу лежати на ньому? Аплікатор-пояс вирішить ці проблеми.



Тепер процедура поверхневої голкотерапії стала ще більш простою у виконанні, зручною для пацієнтів і широко доступною. Завдяки надійним фіксаторам, аплікатор-пояс кріпиться безпосередньо на зону болю, зону відображеного болю, на зони іррадіації болю або зону проекції хворого органу, зону розташування біологічно активних точок і меридіанів. З урахуванням запропонованих схем, вплив можна здійснювати на основні, додаткові та допоміжні зони по черзі, поперемінно або вибірково.

Фіксатори забезпечують рівномірний притиск аплікатора до поверхні тіла і дають можливість рухатися, продовжувати розпочату справу і в той же час отримувати лікування. Фіксувати аплікатор можна самостійно, без сторонньої допомоги – легко, швидко, надійно та на будь-яких ділянках тулуба, кінцівок, суглобів. Для цього передбачено регулювання довжини пояса.

Тривалість сеансу залежить від того, який вид впливу необхідний:

- тонізація – від 7 до 10 хв.;
- заспокійливий ефект – від 20 хв. до 2 год.;
- зняття гострого болю – від 10 до 15 хв.;
- допомога при хронічному болю – від 30 хв. до 2 год.

## «ЧАРІВНА СТІЧКА «ЗДОРОВ'Я»

Це дуже еластична стрічка, яка береже шкіру, з закріпленими «сотами» голок. Обмотку стрічкою можна проводити як під наглядом лікаря, так і самостійно в домашніх умовах. Збільшена площа покриття чинить унікальну оздоровчу дію на організм у процесі оздоровлення практично всіх акупунктурних точок оброблюваної зони. Після обмотування аплікатором виникає



відчуття легкості, тепла, розслаблення, з повним відновленням сил і енергії організму. Інтенсивність притиску голок стрічки до шкірного покриву регулюється в процесі обмотки. Завдяки цим властивостям набагато легше досягти результатів в лікуванні та профілактиці різних захворювань: при болях у хребті, суглобах, м'язах, головних болях.

- У спорті, за рахунок повного аплікаційного впливу на всю поверхню зони, дозволяє швидше відновлюватися після фізичних навантажень.
- Підвищує силову і швидкісну витривалість спортсменів.
- Забезпечує прискорене відновлення (після травм, розтягнення м'язів, переломів, хірургічних операцій) за рахунок значного прискорення біохімічних окисно-відновних процесів в організмі.
- Підвищує в 2-3 рази ефективність масажу, мануальної терапії.
- Збільшує працездатність організму. Знімає відчуття важкості, скутість в руках у ногах.
- Допомогає в комплексному лікуванні варикозної хвороби нижніх кінцівок

**Тривалість аплікаційного сеансу залежить від обраного виду впливу:**

- тонізація – від 7 до 10 хв.;
- заспокійливий ефект, допомога при хронічних захворюваннях – 20 хв.;
- зняття гострого болю – від 10 до 30 хвилин;
- підвищення працездатності, витривалості організму – від 8 до 12 хв.;
- відновлення після тренувань, ігор – від 15 до 30 хв.;
- відновлення після травм, операцій і т. д. – замотування проводити 2-3 рази в день на 2-10 хв. вище або нижче зони пошкодження. Якщо є доступ і збережена цілісність шкіри, обробляється і сама зона ушкодження. При травмах рук і ніг обов'язково обмотувати на здоровій кінцівці зону, симетричну до місця пошкодження. Бажано одночасно або послідовно впливати на зони хребта в області відповідної іннервації корінців спинномозкових нервів.

Для включення надможливостей, додаткових адаптаційних механізмів, сеанс може бути продовжено до 40-60 хв. з додатковим примусовим обмеженням дихання за допомогою вольового зусилля або дихальної піраміди. Після завершення аплікацій бажаний короткочасний масаж або втирання олій на основі лікувальних трав та інших корисних натуральних компонентів.

Упаковка по групах: -1 сегмент: довжина приблизно 44 мм, ширина 22 мм – одинар-на смуга (1 п.), ширина 44 мм – подвійна смуга (2 п.), крок голки 4,3 мм

- 9-ти сегментна 1 п.+2 п., довжина 3,96 м
- 9-ти сегментна 1 п.+1 п., довжина 3,96 м
- 9-ти сегментна 1 п., довжина 3,96 м
- 7-ми сегментна 1 п.+1 п., довжина 3,08 м



- 7-ми сегментна 1 п., довжина 3,08 м
- 5-ти сегментна 1 п.+2 п., довжина 2,2 м
- 5-ти сегментна 1 п.+1 п., довжина 2,2 м
- 5-ти сегментна 1 п., довжина 2,2 м
- 3-х сегментна 1 п.+1 п., довжина 1,32 м
- 3-х сегментна 1 п., довжина 1,32 м

## АПЛІКАЦІЙНІ ВАЛИКИ

ВАЛИКИ — це аплікатори Ляпко для динамічного застосування («мільйонний голчастий душ»). Терапевтичний ефект досягається у декілька разів швидше, ніж при застосуванні статичного аплікатора. Гальванічний струм, що виникає в шкірі, на вістрях і між голками носить імпульсний характер.



Завдяки збалансованій і компактній конструкції валики дуже ефективні і прості у використанні. Всі аплікаційні валики забезпечені гумовими втулками, тому надають м'який, делікатний вплив на шкіру. Застосування валиків посилює кровообіг, відмінно знімає втому, усуває напругу і ломоту в м'язах, підвищує життєвий тонус.

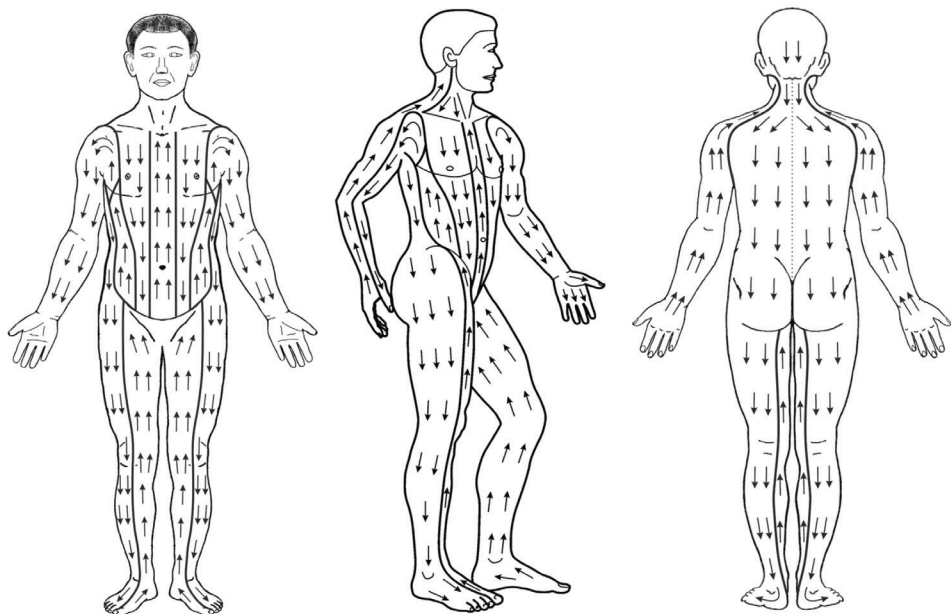
Після аплікацій за допомогою аплікатора ви знімете біль, відчуєте себе відпочившими і повними сил.

При обробці спини та інших важкодоступних ділянок тіла валик вимагає участі помічника.

Валики рекомендується застосовувати для лікувального впливу на будь-які поверхні тіла, особливо ті, які важко обробляти пласким аплікатором (область суглобів, шиї, обличчя і т. д.).

### **Методика застосування аплікаційного валика (а також «М'ячика голчастого») при больових синдромах.**

1. Обкатувати в довільному напрямку:
  - 1.1. місце локалізації болю;
  - 1.2. вище і нижче зони болю.
2. Катати по напрямку стрілок, відповідних ходу енергетичних каналів (див. мал. 21):
  - 2.1. зону болю;
  - 2.2. вище і нижче місця локалізації болю.
3. Впливати валиком проти ходу стрілок.
4. Проводити обкатку валиком по протилежній стороні – симетричної до місця хвороби.



**Мал. 21**

Наприклад:

Якщо біль у правій руці, то катаємо ліву руку.

Якщо біль у правій нозі – катаємо ліву ногу.

Якщо біль у грудній клітині – катаємо зону проекції на спині.

Якщо біль у спині – катаємо зону проекції на грудях.

Якщо біль у попереку – катаємо живіт.

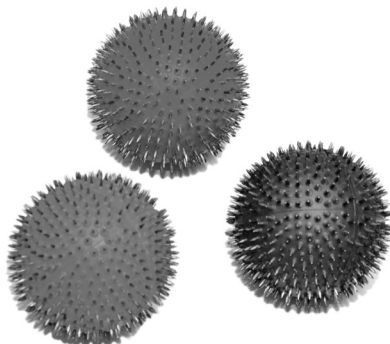
Якщо біль у животі – катаємо поперек.

Використання валиків також є ефективним для проведення точної рефлексотерапевтичної діагностики – пошуку найбільш чутливих ділянок шкірного покриву, вплив аплікаторами на які дозволяє досягти найбільших результатів.

## «М'ЯЧИК ГОЛЧАСТИЙ»

Розвиток дрібної моторики і тактильної чутливості – потужний стимул удосконалення сприйняття, уваги, мислення, мови, координації, спостережливості, уяви і пам'яті (зорової і рухової). Існує безліч методик, орієнтованих на розвиток дрібної моторики, які передбачають використання додаткових засобів та приладів, один з яких – ПАЛ «М'ячик голчастий».

Використовують ПАЛ «М'ячик голчастий» наступним чином.



При проблемах, пов'язаних із порушенням провідності нервової системи та психічної діяльності, необхідно впливати (прокатувати, робити легкі протиски і притиски) на долоні і стопи, які являють собою зони проєкції всіх органів і систем організму людини. Такий локальний вплив розвиває дрібну моторику і тактильну чутливість кінцівок, що сприяє розвитку та відновленню функцій головного мозку у дітей та дорослих.

ПАЛ «М'ячик голчастий» зручно використовувати для «пальчикової гімнастики», широко використовуваної дитячими психологами, валеологами, логопедами, реабілітологами, невропатологами і дефектологами, тобто лікарями, які працюють із дітьми, що мають затримку мови, затримку нервово-м'язового, нервово-психічного та психомоторного розвитку, які страждають на ДЦП, заїкання та інші хвороби.

Області застосування ПАЛ «М'ячик голчастий»:

- при пошкодженні суглобово-зв'язкового апарату кистей і стоп для відновлення рухової функції стоп, кистей і пальців після травм (наприклад, контрактура Дюпюїтрена, після зняття гіпсу);
- для «розробки» м'язово-суглобових контрактур і нормалізації рухів при аутизмі та дитячому церебральному паралічі (ДЦП);
- при черепно-мозкових травмах, інсультах на етапі домашньої реабілітації;
- при ураженнях периферичних нервів;
- при стрес-напруженому стані вегетативної нервової системи, переважанні симпатичного відділу вегетативної нервової системи (проявом чого є холодні руки, занімілі пальці);
- для лікування психо-мовленнєвих розладів у дітей (в логопедичній практиці для тренування тонких рухів пальців);
- для профілактики і ліквідації м'язового пальчикового стомлення, підготовки руки до письма, підвищення працездатності, зняття нервової напруги (прояв нервового напруження – це холодні руки), як оздоровча технологія в освіті (пальчикова гімнастика і фізхвилинки в школі);
- для ефективної профілактики зап'ястного (карпального) синдрому (захворювання, що виникає при тривалому неправильному положенні кисті під час роботи з маніпулятором типу «миша» і клавіатурою комп'ютера);
- для зменшення психологічної тяги до куріння і заміщення шкідливої звички тримати сигарету в руках – робити протиски і прокатування між долонями «М'ячиком голчастим»;
- при підготовці рук до гри на музичних інструментах. Допомогає зняти скутість, привести м'язи в тонус, усунути охолодження кінчиків пальців, викликане хвилюванням, а також зняти втому і біль у передпліччі через тривалі заняття;
- для зняття стресу. При катанні м'яча стимулюються нервові закінчення і численні біологічно активні точки, розташовані на долоні. В ній створюється приємне розслаблююче відчуття.

Для зняття болю і досягнення ефекту гальмування (седативного) «М'ячиком голчастим» впливають на зони больових або проблемних точок від центру до периферії проти годинникової стрілки протягом 15-20 хв.

Для отримання ефекту стимуляції впливають на точки загального спектра дії за годинниковою стрілкою від периферії до центру протягом 7-10 хв.

ПАЛ «М'ячик голчастий» є засобом посиленого впливу на зони больових і проблемних точок на тілі людини.

На зону больової точки, наприклад, розташованої в попереково-крижовому відділі хребта в паравертебральній зоні (зона виходу нервового корінця), можна лягати всім тілом на «М'ячик голчастий». Для зменшення тиску під протилежну симетричну сторону можна укласти махровий валик або згорнутий рушник.

Використовуючи зони спазмованої мускулатури таким чином можна проводити ортопедичну корекцію при сколіозах S-типу.

Для отримання тонізуючого ефекту впливають «М'ячиком голчастим» по ходу руху енергії в каналі до появи стійкої гіперемії шкіри по ходу меридіана (приблизно 7-10 хв.), а для одержання седативного ефекту – проти ходу руху енергії в каналі до стійкої гіперемії шкіри (приблизно 10-15 хв.).

Методика застосування аплікатора Ляпко «М'ячик голчастий» при больових синдромах (мал. 21 розділ «Валики»)

### **Швидка допомога**

У разі виникнення невідкладного стану (втрата свідомості) «М'ячиком голчастим» протягом 20 секунд впливати швидкими постукуючими, колючими рухами на кінчики пальців рук і ніг, на мочки вух, а також на кінчик носа і верхню губу. Зробити паузу 15 сек. і повторити ці дії 2-3 рази. При больовому синдромі прикласти ПАЛ «М'ячик голчастий» в точку болю або точку відповідності проблемі, згідно з наявними у Вас схемами розташування точок акупунктури, притиснути і витримати 5-10-20 хвилин.

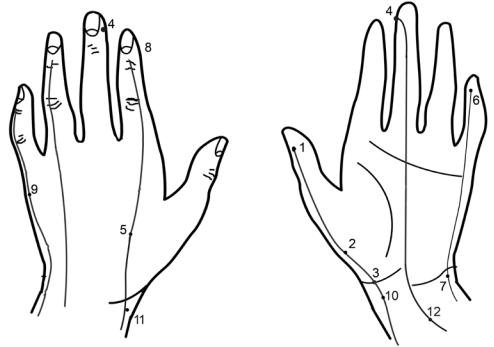
При невралгії трійчастого нерва, лицьових симпаталгіях і зубному болю додатково застосовувати «М'ячик голчастий» в зонах найсильнішого болю на 10-30 хв. і короткочасно (2-5 хв.) на симетричні зони протилежного боку. Також необхідним є вплив на мочку вуха з боку болю. Для підвищення ефективності слід короткочасно (1-2 хв.) впливати на мочку вуха здорової сторони. Для зняття болю після екстракції зуба впливати на мочку вуха.

Кардіалгії (болі в області серця), як правило, супроводжуються остеохондрозом шийного або грудного відділів хребта. Впливати потрібно на больові точки в області грудної клітини і паравертебрально вздовж грудного відділу хребта, а також в зонах проекції кистей і стоп. З метою потенціювання (посилення) впливу в рецептуру необхідно включати симетричні точки і зони протилежного боку. Наприклад, зона болі зліва – прикладати праворуч.

### **Точки і зони програми «М'ячика голчастого», а також «Краплинки», на верхніх кінцівках при різних захворюваннях і станах**

1. Шао-шан (P11) – відноситься до активних точок, використовується при невідкладних станах. Показання: ускладнення дихання, кашель, непритомність, кома, ларингіт, фарингіт, пропасниця, шкірні висипи, свербіж.
2. Юй-цзи (P10) – показання: кашель, задуха, біль у горлі, біль в області грудей і спини, підвищення температури тіла, головний біль, порушення сну.

3. Тай-юань (P9) – показання: задишка, задуха, сухість у роті, біль у плечовому суглобі, міжреберна невралгія, знижений тиск, порушення сну, депресія, головний біль.
4. Чжун-чун (MC9) – показання: тепловий удар, біль в області серця, занепокоєння, головний біль, астенія, порушення пам'яті. Розташована в центрі кінчика середнього пальця кисті, легко доступна, використовується при втраті свідомості.

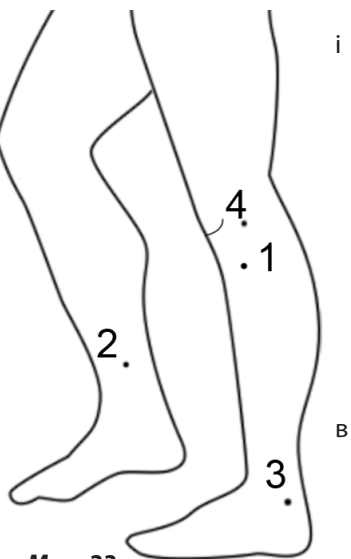


**Мал. 22**

5. Хе-гу (GI 4) – показання: неврит лицьового нерва, шум у вухах, головний, зубний біль, біль і набряк у горлі, носова кровотеча, точка швидкої допомоги при падінні артеріального тиску (протипоказана при вагітності).
6. Шао-чун (C9) – показання: серцебиття, задуха, біль в області серця, аритмія, порушення мозкового кровообігу, точка швидкої допомоги при втраті свідомості.
7. Шень-мень (C7) – показання: задишка, болі в області серця, безсоння, погіршення пам'яті, підвищення температури тіла.
8. Шан-ян (GI 1) – показання: надання швидкої допомоги при непритомності, комі, набряку слизової оболонки горла, болю в очах при глаукомі; шуми у вухах, глухоті, болю в плечовому суглобі і спині, онімінні пальців, гарячковому стані.
9. Хоу-сі (IG3) – точка широкого спектру дії. Показання: головний біль у потилиці, напруга м'язів потилиці; кон'юнктивіт; носова кровотеча, шум у вухах; болі в м'язах плеча; парез верхніх кінцівок; епілептиформні судоми.
10. Ле-цює (P7) – точка широкого спектру дії. Показання: біль в області серця; головний біль у скроневій області, кашель, задуха; наслідки паралічу лицьового нерва; болі в області кисті, зап'ястя, ліктьового суглоба; невралгія трійчастого нерва.
11. Ян-сі (GI 5) – показання: головний біль, зубний біль; шум у вухах і глухота, риніт, біль і набряк слизової оболонки горла, біль в променевоzap'ястному суглобі і кисті.
12. Ней-гуань (MC 6) – показання: болі в області серця, стенокардія, тахікардія; захворювання органів грудної порожнини, кашель з астматичним компонентом, ларингіт; підвищений артеріальний тиск; відрижка, блювота, біль у шлунка, підребер'ї; болі і судоми в області ліктьового суглоба і плеча; порушення сну.

**Точки і зони програми «М'ячика голчастого», а також Аплікатора Ляпко «Краплинка», «Пояса універсального М» на нижніх кінцівках при різних захворюваннях і станах**

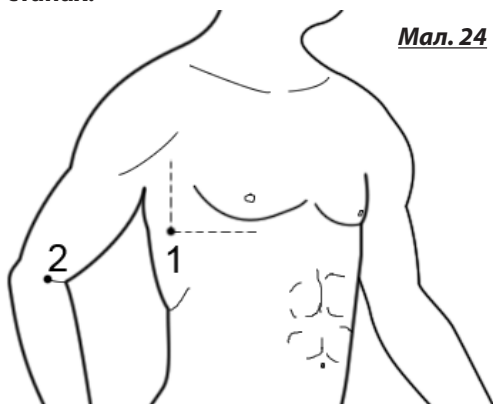
1. Цзу-сан-лі (E36) – точка широкого спектру дії, єдина і найважливіша для стимуляції дії шлунка селезінки. Показання: бурчання в животі, метеоризм, відрижка, повнота, здуття, діарея, неперетравлювання їжі (у виділеннях), біль внизу живота, нетримання сечі, гарячкові стани, загальна тонізуюча дія.
2. Сан-інь-цзяо (RP6) – показання: недостатність функції шлунка, зниження апетиту, пронос, блювота після їжі, біль внизу живота, імпотенція, ускладнене сечовипускання, нетримання сечі, перевтома.
3. Кун-лунь (V60) – точка широкого спектру дії. Показання: головний біль, запаморочення, біль очах; кровотеча з носа; напруга м'язів потилиці; болі в попереку з обмеженням руху, ішіас, артрити стопи; підвищений артеріальний тиск, геморої.
4. Ян-лін-цюань (VB34) – точка широкого спектру дії. Показання: захворювання печінки і жовчного міхура; гоніт, судоми м'язів нижніх кінцівок; ішіас, люмбаго; відрижка, звичний закреп; запаморочення, атеросклероз.



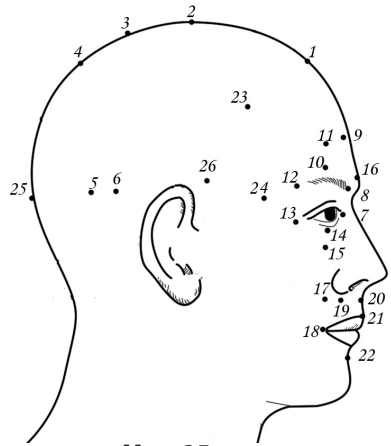
**Мал. 23**

**Точки і зони програми «М'ячика голчастого», а також аплікатора Ляпко «Краплинка», «Пояса універсального М» на тулубі при різних захворюваннях і станах.**

1. Да-бао (RP 21) – показання: біль у грудях, задишка; судоми м'язів кінцівок.
2. Цюй-чи (GI 11) – точка широкого спектру дії. Показання: біль у суглобах верхніх кінцівок, параліч верхніх кінцівок; гарячковий стан; туберкульоз легенів; порушення перистальтики кишечника; кропив'янка, екзема, нейродерміт; неврастенія; підвищений артеріальний тиск.



**Точки і зони програми «М'ячика голчастого», а також аплікатора Ляпко «Краплинка», «Пояса універсального М» в області голови при різних захворюваннях і станах.**



**Мал. 25**

1. Шень-тін (VG24) – показання: невралгія першої гілки трійчастого нерва, запаморочення, болі в очах, сльозотеча, захворювання носа, емоційна нестійкість, порушення сну, тривожні стани.
2. Цянь-дін (VG21) – показання: головний біль, запаморочення, біль у тім'яній області голови, недостатність мозкового кровообігу; риніт, носова кровотеча, захворювання вуха, судоми.
3. Бай-хуей (VG20) – показання: головний біль, запаморочення, закладеність носа, шум вухах, геморої, судомні напади.
4. Хоу-дін (VG19) – показання: головний біль, запаморочення, носова кровотеча, болі в області шиї і потилиці, ригідність м'язів потилиці; бронхіальна астма.
5. Нао-кун (VB19) – показання: погіршення зору, задишка, носова кровотеча, жарознижувальна дія, шийні радикуліти, невралгії потиличних нервів, контрактура шийних потиличних м'язів, а також важлива при лікуванні очних хвороб.
6. Фу-бай (VB10) – показання: головний біль, шум у вухах, парез кінцівок, тік і контрактура м'язів шийно-потиличної області.
7. Цин мін (V1) – показання: кон'юнктивіт, сльозотеча.
8. Цуань-чжу (V2) – показання: головний біль, біль в області чола, невралгія першої гілки трійчастого нерва; зниження гостроти зору, сльозотеча, тік м'язів повік.
9. Мей-чун (V3) – показання: головний біль, запаморочення; захворювання носа, зниження гостроти нюху, фронтит; захворювання очей.
10. Юй-яо (PC6) – показання: мігрень, захворювання очей.
11. Ян-бай (VB14) – показання: головний біль, запаморочення, блювання; тік і спазм мімічних м'язів; невралгія і неврит трійчастого і лицьового нервів.
12. Си-чжу-кун (TR23) – показання: болі в лобовій і скроневій областях, запаморочення, мігрень, кон'юнктивіт, зниження гостроти зору; парез, параліч лицьового нерва.
13. Тун-цзи-ляо (VB1) – показання: головний біль; захворювання очей, сльозотеча, зниження гостроти зору, ознаки атрофії зорового нерва, глаукома; периферичний параліч лицьового нерва, невралгія трійчастого нерва.
14. Чен-ци (E1) – показання: короткозорість, далекозорість, сльозотеча, астигматизм, неврит зорового нерва, ритиніт, катаракта, парез м'язів очного яблука.
15. Си-бай (E2) – показання: кон'юнктивіт, глаукома, кератит; невралгія другої гілки трійчастого нерва, парез лицьового нерва, птоз повіка, опущення кута рота, тік м'язів верхнього повіка; головний біль, запаморочення.

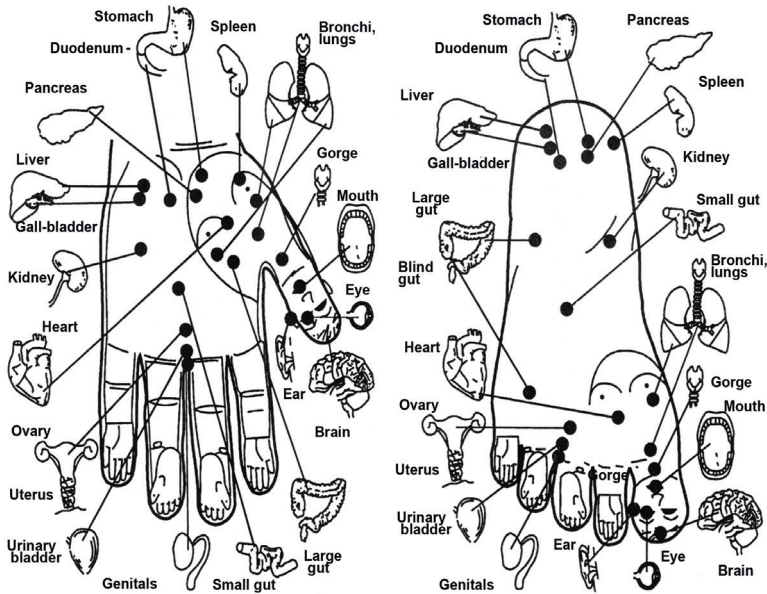
16. Ін-тан (PC3) – показання: головний біль в області чола, запаморочення; захворювання носа; захворювання очей; підвищений артеріальний тиск.
17. Цзюй-ляо (E3) – показання: глаукома, сльозотеча; невралгія першої гілки трійчастого нерва, птоз повіка, опущення кута рота, тік м'язів повіка; носова кровотеча; болі в зубах верхньої щелепи, щоки і губи.
18. Ді-цан (E4) – показання: невралгія трійчастого нерва, парез лицьового нерва, тики і птоз повіка, опущення кута рота, слинотеча.
19. Хе-ляо (GI 19) – показання: зниження нюху, носова кровотеча, вазомоторний риніт, парез мимічних м'язів рота, тризм, астма.
20. Жень-чжун (VG26) – точка реанімації. Показання: надання швидкої допомоги при втраті свідомості, судомні істеричні випадки.
21. Дуй-дуань (VG27) – показання: надання швидкої допомоги при втраті свідомості, носова кровотеча, невралгія трійчастого нерва.
22. Чен-цзян (VC24) – показання: невралгія і неврит нижніх гілок трійчастого і лицьового нервів, судорожний стан, набряк обличчя. Ця точка має особливо важливе значення при істеричних випадках і при наданні швидкої допомоги (колапс, діабетична кома та ін.).
23. Тоу-вей (E8) – показання: невралгія трійчастого нерва, мігрень, неврит лицьового нерва, зниження зору, кон'юнктивіт.
24. Тай-ян (PC9) – показання: болі в скроневій області голови, мігрень, невралгія і неврит трійчастого і лицьового нервів, тік і контрактура мимічних м'язів.
25. Нао-ху (VG17) – розташована на верхньому краю потиличного горба (зоровий бугор). Показання: головний біль, біль і напруження потиличних м'язів; біль в очах, зниження гостроти зору, покращує проведення нервових імпульсів по зоровому нерву; неврастенія.
26. Сюань-лі (VB6) – показання: болі у скроневій області голови; захворювання очей; зубний біль, набряклість обличчя.

**Аплікатори Ляпко «М'ячик голчастий», а також «Краплинка», «Пояс універсальний М» і Су-Джок-терапія.**

Вплив «М'ячиком голчастим» на активні зони відповідності органам на долонях і стопах за методикою Су-Джок-терапії. Надає позитивний, оздоровлюючий ефект на організм.

У Вас виникли проблеми з яким-небудь органом? Роздивіться уважно малюнок відповідності зі схемою на кистях рук і стопах. Визначте область із точкою відповідності проблемному органу. Прикладіть до цієї зони м'ячик голчастий і натисніть, помасажуйте кілька хвилин. Регулярно масажуючи обрану зону на долонях і стопах, Ви зможете істотно поліпшити стан хворого органу.





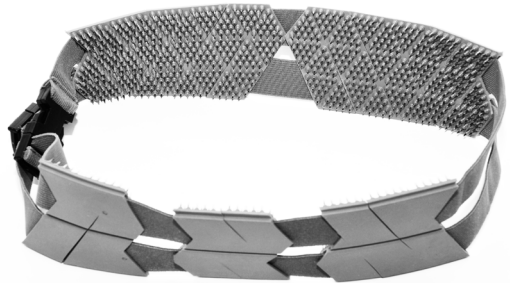
**Мал. 26**

## ПАЛ «ПОЯС УНІВЕРСАЛЬНИЙ М»

Застосування аплікатора Ляпко «Пояс універсальний М» можливо як самостійно, так і в комплексі з іншими методами лікування в неврології, офтальмології, стоматології, оториноларингології, косметології, наркології (у комплексному лікуванні алкогольної, ніотинової та інших видів залежностей), а також для відновлення життєвого тону, гарного настрою і працездатності.

Неврологія і офтальмологія: систематичне використання аплікатора Ляпко «Пояс універсальний М» на різні ділянки обличчя і волосистої частини голови допомагає позбутися від головних болів, зняти нервову напругу, поліпшити самопочуття, слух, пам'ять і якість сну. Сприяє посиленню провідності зорового нерва, поліпшенню кровообігу і обмінних процесів в області головного мозку і очей.

ПАЛ «Пояс універсальний М» забезпечує оздоровчий вплив на органи зору і зону навколо очей: розслаблює м'язи очного яблука, знімає напругу очей, відновлює акomodаційні функції кришталіка, еластичність і пружність м'язів, розслабляючи і тренуючи їх. Рекомендований для збереження і поліпшення зору, а також для лікування та профілактики короткозорості, вікової (пресбіопії) та природженої далекозорості



(легкої та середньої важкості), спазм акомодатції (псевдоміопії), в комплексному лікуванні глаукоми, катаракти, зорової втоми (астенопії), атрофії зорових нервів, діабетичної ретинопатії. Він попереджає комп'ютерний синдром, прибирає дрібні зморшки і покращує еластичність шкіри навколо очей. Показаний для зняття симптомів, спричинених підвищеним навантаженням на очі (біль, різі в очах, подразнення, сухість).

Додаткові притиски різної інтенсивності пальцями на зону аплікації навколо очей і очних яблук, області скронь і потилиці підсилюють ефект аплікаційної терапії.

Одночасний вплив на область потилиці додаткової пластини покращує мозковий кровообіг, знімає спазм судин головного мозку.

Застосування аплікатора Ляпко «Пояс універсальний М» на область рота показано при невралгії трійчастого нерва, захворюваннях зубів, порожнини рота та ін.

Лікувальний ефект збільшується, якщо впливати через марлеву прокладку, складену в 1-3 шари і змочену звичайною або морською водою, фізіологічним розчином або відваром трав.

У дитячій практиці застосування аплікатора Ляпко «Пояс універсальний М» на область очей рекомендовано під контролем дорослих з 5-річного віку. Показано в комплексному лікуванні легкого та середнього ступеня амбліопії.

Дитину спочатку потрібно заохотити своїм прикладом: мама в присутності дитини одягає собі ПАЛ «Пояс універсальний М» на закриті очі. Цим вона показує, що це безпечно і не боляче. Важливо при цьому описувати дитині свої приємні відчуття і корисність такої процедури. Все може проходити у вигляді гри, сидячи або лежачи. Після цього мама акуратно кілька разів прикладає ПАЛ «Пояс універсальний М», до закритих очей дитини. Коли дитина заспокоюється, зникає до нових відчуттів і розуміє, що це безпечно, ПАЛ «Пояс універсальний М» можна зафіксувати буквально на 1 хвилину, при цьому тримати дитину за руку, щоб вона відчувала фізичну присутність мами, і обов'язково з нею розмовляти (можна читати казки, згадувати щось приємне для дитини або малювати зорові образи). Варто постійно нагадувати дитині, що очі потрібно тримати закритими, що не потрібно намагатися відкривати їх.

Аплікації проводять на закриті очі 1-2 рази на день, поступово збільшуючи час до процедури 5-7 хвилин. Курс застосування 7-10 днів, повторити через 10-12 днів.

Оториноларингологія: носіння аплікатора Ляпко «Пояс універсальний М» на надбрівній області і в області проекції гайморових порожнин протягом 10-15 хвилин покращує кровообіг придаткових порожнин носа, знімає набряк, відновлює носове дихання. Застосування в області скронь, вушних раковин допомагає поліпшити слух.

Косметологія: вплив аплікатора Ляпко «Пояс універсальний М» на шкіру обличчя покращує її кровопостачання, підвищує тургор шкіри, прибирає дрібні зморшки.

Для комплексного лікування алкогольної, ніотинової та інших видів залежностей аплікатором Ляпко «Пояс універсальний М» потрібно впливати на зони, відповідальні за викид великої кількості біологічно активних речовин. Це вся область спини вздовж хребта, у тому числі попереково-крижовий відділ хребта, область живота та грудної клітини, шийно-комірцева зона, стопи, а також скронева, тім'яна, потилична області і вушні раковини.

На тілі людини знаходиться велика кількість життєво важливих зон та точок, че-

рез які можливо рефлекторно здійснювати ефективний позитивний вплив як на внутрішні органи, так і на весь організм у цілому. Наприклад, нижче та дещо зовні коліна знаходиться точка від «ста хвороб» Е36 (Цзу-сань-лі). Дещо вище її, на 1-2 см – точка для лікування алкогольної та інших залежностей (Цзу-лі-пан). Якщо на зону цих точок прикріпити аплікаційний пояс, це сприятиме ще й додатковому викиду ендорфінів та інших «внутрішніх ліків», які посилюють та нормалізують обмінні процеси в організмі.

Методика використання аплікатора Ляпко «Пояс універсальний М».

Аплікатор Ляпко «Пояс універсальний М» можна застосовувати на будь-які проблемні ділянки тіла.

Для зняття втоми, поліпшення самопочуття, зору, слуху, після роботи за комп'ютером процедуру проводити на область очей з закритими очима від 2-3 хвилин до 12-15 хв. 1-10 разів в день.

Для зняття психоемоційної напруги, поліпшення сну, зняття набряків під очима застосовувати 15–25 хв.

При дистрофії сітківки, частковій атрофії зорового нерва – час застосування 15 хвилин. Рекомендується 3 курси аплікацій за 10-12 днів з перервою 10-12 днів. Можна повторити через 1 місяць після огляду окуліста.

Процедури проводити в положенні сидячи або лежачи.

Аплікації можна застосовувати після консультації лікаря у лікувальних і оздоровчих закладах, а також самостійно в домашніх умовах.

Точки і зони застосування аплікатора Ляпко «Пояс універсальний М» на область волосистої частини голови, скронь, вуха, обличчя та шиї при різних захворюваннях та станах (див. мал. 26).

## МАСАЖЕР «ФАРАОН»

*Якщо людина сама стежить за своїм здоров'ям, то важко знайти лікаря, який знав би краще, що корисно для її здоров'я, ніж він сам.*

*Сократ*



Стародавні лікарі вважали, що масаж може підняти на ноги безнадійно хворого. У всі часи він підтримував у людях бадьорість духу і гнучкість тіла. У давнину масажери виготовлялися зі срібла, золота і коштовних порід дерева. Такий подарунок служив знаком особливого розташування і був доступний лише обраним.

«Рух – це життя», – говорили завжди, і це так: здоров'я опорно-рухового апарату – основа загального здоров'я людини. Користь гарного масажу полягає в тому, що він допомагає відновленню кровообігу і лімфоток у шкірі і м'язах, а разом із тим і в

кістковій системі. А також тягне за собою поліпшення процесу саморегуляції організму в цілому. Масаж пробуджує ті сили, закладені природою, які допомогли вижити людству в суворі стародавні часи.

У наш час важко уявити собі ідеальний здоровий спосіб життя. Людям доводиться в чомусь спеціалізуватися, що призводить до незатребуваності деяких систем організму, і вони перестають відігравати свою роль у життєзабезпеченні людини. А якщо немає участі у загальному процесі якогось вузла системи, то будь-яка саморегулююча система рано чи пізно вийде з ладу.

Відомо, що багато хвороб виникають в результаті порушення руху енергії енергетичними каналами або меридіанами, – коли в одних місцях енергія знаходиться в надлишку, а в інших її бракує. У тих місцях, де скупчилася надлишкова енергія, відбувається перенапруга м'язів і порушуються функції інших систем організму, наслідком чого є здавлювання верхніх рецепторів нервових стовбурів. Це спричиняє дегенерацію нервово-м'язової системи. Далі вищевказана ділянка переходить у ділянку нестачі енергії. Ця ділянка не здатна ефективно виводити шкідливі речовини і шлаки з організму, що тягне за собою створення умов для виникнення набряків, доброякісних пухлин, що нерідко переходять у злоякісні. Якщо надлишкова енергія накопичується в залозах внутрішньої секреції, в організмі порушується гормональний баланс.

Змінена енергетика може провокувати утворення вузлів у щитовидній залозі.

Відновити гармонію в системі покликаний масаж.

Суть методу полягає в тому, щоб застояну енергію привести в рух, відновити зв'язок з іншими, нормально функціонуючими системами, відрегулювати енергетичний баланс і закріпити в головному нервовому центрі інформацію про те, що вони знову можуть гармонійно працювати в нормальному, тобто здоровому режимі.

Всі ці проблеми вирішує швидко, надійно і ефективно Ваш «домашній доктор» – масажер «Фараон»!

У масажері «Фараон» закладено ідею тригранної піраміди, яка, будучи прообразом чотиригранної піраміди, успадкувала її цілющі властивості. Тригранна піраміда є символом гармонії, оскільки її межі та сторони розташовані під рівними кутами один до одного.

Виготовлений з екологічно чистого зносостійкого полімеру, який не електризується при терті, масажер дозволяє підтримувати сприятливу структуру поля під час масажу, що особливо важливо при масажі голови.

Масажер «Фараон» – це експериментально підібрана геометрична фігура, пропорції якої практично відповідають принципу золотого перерізу. За своєю будовою форма масажера нагадує молекулу газу метану, який є основою світлобудови. Додаткові виступи на масажних поверхнях – горбики різних форм (у вигляді напівсфер і конусів із закругленою вершиною) перетворюють кожен шар у злагоджenu піраміду. Завдяки цим виступам зростає ефективність якісних властивостей масажера. Виступи утворюють поєднання складних лінз, які, в свою чергу, фокусують світло-енергетичні пучки і направляють їх на поверхню, що масажується.

Вершину масажера вінчає «корона», що посилює неповторність масажера. Її форма в мініатюрі дублює тетраедр, одна з ніжок якого повернена таким чином, що всі ви-

ступі знаходяться в одному напрямку.

На відміну від існуючих масажерів, «Фараон» має виражені масажні властивості: за допомогою чотирьох площин із різними радіусами кривизни робочих виступів можна виконати чотири види загального і сегментарного масажу і п'ять різновидів точкового масажу.

Поперемінне використання кожної зі сторін масажера надає різні відчуття, що забезпечує універсальність його застосування. А саме: можливість підбору його властивостей для будь-якого віку, маси тіла, порогу чутливості, конкретної проблеми, чого неможливо досягти при використанні інших масажерів.

«Фараон» здійснює позитивний вплив на енергетичний стан людини, що сприятливо впливає на імунну систему, а це, в свою чергу, стабілізує загальний стан.

У процесі масажу і після нього тканини генерують здорові коливання високої інтенсивності, які виправляють негативні і слабкі коливання порушених тканин, змушуючи їх вібрувати в здоровому ритмі.

### МЕТОДИКА ЗАСТОСУВАННЯ

Масажер можна застосовувати з різною інтенсивністю. Для цього слід повернути його таким чином, щоб обрані Вами виступи масажера знаходилися в районі робочої поверхні. Чим гостріші виступи, тим більш глибокий і інтенсивний масаж вони дозволяють здійснювати.

Чотири види ступеня інтенсивності масажу:

1 – легкий масаж – це м'яке поверхнєве масування кулями з великим радіусом (основа піраміди);

2 – більш виражений масаж здійснюється великими напівсферами, розташованими на основних кулях. При цьому відбувається вплив на поверхнєві шари м'язів;

3 – глибокий масаж виконується конусовидними виступами з кулястими вершинами. М'язи при цьому опрацьовуються на всю глибину;

4 – високоефективний масаж – найбільш інтенсивний, слугує для глибокої обробки м'язів, зв'язок і масажу до окістя. Проводиться найбільш гострими конусовидними виступами.

При поверхневому масажі гострими конусовидними виступами досягається ефект легкого, дуже приємного, «лоскітливого» впливу, що переходить у стан істинного блаженства.

Тривалість масажу та його інтенсивність визначає отримання бажаного ефекту. Тривалий, до 15 хв. і більше, масаж сприяє повному розслабленню м'язів, створює седативний (заспокійливий) ефект.

Короткий масаж, 3-5-7 хв., надає тонізуючу (стимулюючу) дію.

Під час сеансу слід виконувати кругові рухи за годинниковою стрілкою або по-здовжні – вгору-вниз. Для поліпшення ковзання масаж слід проводити через тонку тканину чи легкий одяг. Для масажу можна використовувати різні креми і мазі. Масажер «Фараон» сприяє рівномірному розподілу їх на шкірі та ефективному всмоктуванню лікувальних мазей, бальзамів, антицелюлітних кремів. Комплексне використання крему і масажера дозволяє в 3-5 разів збільшити ефект від застосування крему і привести до більш економного його використання.

Використовуючи масажер «Фараон», можна проводити загальний, сегментарний і точковий масаж.

Загальний масаж чинить позитивний вплив на весь організм у цілому, призводячи до гармонії всі його системи. Для тонізації рекомендується проводити глибокий і найбільш інтенсивний масаж (3-й і 4-й ступінь інтенсивності) протягом 5-7 хвилин. А для релаксації – 1-й і 2-й ступінь інтенсивності, протягом 15 хвилин.

Сегментарний масаж надає позитивний вплив на певні системи організму, нормалізує роботу внутрішніх органів, у залежності від рефлекторно-сегментарних зв'язків зони тіла, на якій проводиться масаж.

Точковий масаж є одним із методів рефлексотерапії. Він впливає на біологічно активні точки, вчиняючи терапевтичну і профілактичну дію.

Масування однією кулькою або яким-небудь її виступом використовується для масажу окремих м'язових груп (міжреберні м'язи, м'язи кисті і стопи).

За допомогою променів «корони» можна проводити більш точний масаж зон відповідності, що використовуються в Су-Джок-терапії на кистях і стопах.

Масування одночасно двома кульками застосовують для масажу довгих м'язів спини і м'язових груп гомілки, стегна, плеча, навколохребцевих м'язових груп.

Можна проводити антицелюлітний масаж, переміщаючи масажер вгору від коліна до стегна та в інших проблемних зонах. Найбільш придатними тут є 3-й 4-й режими інтенсивності. Цей вид масажу руйнує целюлітні відкладення і активізує кровообіг, посилює процеси життєдіяльності клітин шкіри, м'язів і сприяє їх відновленню. У результаті створюються умови для активізації обмінних процесів і розщеплення жиру. Перед сеансом антицелюлітного масажу важливо розігрітися (за допомогою ванни, душу або лазні).

Масажер «Фараон» є універсальним регулятором маси тіла. З метою втрати ваги обробляйте область живота, спини, попереку, стегон за 20-40 хв. до їжі 3-м і 4-м видами виступів. Деякі користувачі після такого масажу з задоволенням виключають прийом їжі. А для підвищення ваги рекомендується застосовувати масаж 1-м і 2-м видами виступів через 5-15 хв. після їжі.

Ручний масажер «Фараон» рекомендований для застосування в домашніх умовах, а також в центрах масажу і мануальної терапії, реабілітаційних центрах, кабінетах ЛФК, лікувальних і санаторно-оздоровчих закладах.

Професійному масажисту за допомогою масажера «Фараон» вдається додати в свій арсенал методів не тільки оригінальний і приємний для пацієнтів вид масажу, але і збільшити (за рахунок ергономічності цього масажера) свою працездатність у 2-3 рази.

### **ЗАПОБІЖНІ ЗАХОДИ**

Перед масажем перевірте цілісність куль масажера. При наявності механічних ушкоджень слід провести шліфовку надфілем або наждачним папером.

Не рекомендується робити масаж при наявності гнійників (фурункулів) та інших виражених пошкоджень шкірного покриву, а також у зонах збільшених лімфатичних вузлів і при захворюваннях, що супроводжуються високою температурою.

Масажер «Фараон» рекомендується зберігати в упаковці, так як вона виконана в фор-

мі піраміди. Піраміда в зоні своєї діяльності виправляє структуру простору, наближаючи його до стану гармонії. Поміщений в піраміду масажер очищається від негативних інформаційних полів і отримує позитивний заряд трьох найбільш потужних польових структур – «пі», «омега» і «мю».

Спільне застосування аплікаторів Ляпко, голчастих валиків і масажера «Фараон» взаємно потенціює (збільшує) їх лікувальну ефективність. Крім того, масаж після застосування аплікаторів дозволяє поліпшити дифузію корисних металів зі шкірного покриву через кров по всьому організму. Комфортний і практичний, а головне, доступний масажер «Фараон» позбавить вас від багатьох проблем, стане Вам добрим другом і надійним захисником Вашого здоров'я!

## ПРИМЕРЫ ПОКАЗАНИЙ К ПРИМЕНЕНИЮ МАССАЖЕРА

### ПРИКЛАДИ ПОКАЗАТЬ ДО ЗАСТОСУВАННЯ МАССАЖЕРА

**1. Ортопедія.** При використанні цього масажера відбувається стимулювання проліферативних процесів у клітинних і волокнистих елементах кісткової тканини, які сприяють більш швидкому загоєнню переломів. Зменшуються скутість, біль, набряк, відбувається збільшення амплітуди рухів у суглобах.

**2. Косметологія.** Застосування масажера «Фараон» підвищує ефективність лімфодренажу в тканинах всього організму. Його можна використовувати при целюліті, старінні шкіри, недостатності кровообігу, для корекції форми тіла, при гематомах (синці), шкірному свербінні, келоїдних рубцях, набряках на обличчі і кінцівках.

**3. Цереброваскулярна патологія.** Покращує стан кровоносної системи головного мозку та поверхневих судин, стимулює живлення мозкової тканини, в першу чергу, за рахунок надходження до неї кисню, підвищує стійкість мозку до гіпоксії, нормалізує артеріальний тиск, уповільнює ритм серцевих скорочень.

**4. Підгострі та хронічні захворювання сечостатевої сфери.** Використання масажера «Фараон» як одного з засобів оздоровлення при запальних захворюваннях призводить до поліпшення загального стану, зниження больового і дизуричного синдромів, нормалізації гормонального фону при гіпоестрогенних і клімактеричних станах, підвищення потенції, зменшення лейкоцитарного та гематологічного індексу, покращення імунологічного фактора.

**5. Хронічні обструктивні бронхіти і бронхіальна астма.** Рекомендуються астматикам, так як відбувається ефективна бронхолітична дія і більш інтенсивне засвоєння кисню.

**6. Остеопороз.** Це захворювання характеризується зниженням кісткової маси і порушенням мікроархітектури кісткової тканини, що призводить до підвищення її крихкості та збільшення ризику переломів. При застосуванні масажера «Фараон» відбувається активація локального кровотоку, поліпшення мікроциркуляції та транскапілярного обміну, збільшення кровопостачання органів і тканин, зменшення в них запального процесу.

**7. Спортивна медицина і травматологія.** Висока ефективність застосування масажера «Фараон» дозволяє відновити біологічні ритми після перетину кількох часових поясів, зняти стресові навантаження перед стартом, підвищити фізичну і психічну працездатність. Масажер «Фараон» – ефективне рішення проблем, пов'язаних із ліку-

ванням та профілактикою спортивних травм і посттравматичних ускладнень, як правило, пов'язаних з опорно-руховим апаратом: дегенеративних захворювань суглобів і хребта, запальних захворювань суглобів і хребта, забитих місць, переломів тощо.

Масажер «Фараон» може ефективно застосовуватися при нейроциркулярних дистоніях за гіпертонічним типом, неврозах, порушеннях сну, хворобі Рейно, облітеруючому ендартеріїті, діабетичній ангіопатії та інших захворюваннях судин кінцівок дегенеративно-дистрофічних захворюваннях хребта і суглобів (остеохондроз, деформуючий спондиліоз, остеоартроз) і т. д.

## **ПРОТИПОКАЗАННЯ:**

1. Гострий тромбоз, аневризма серця і великих судин.
2. Виражена гіпотонія.
3. Складні порушення серцевого ритму. Знижена частота пульсу (брадикардія).
4. Гіперфункція щитовидної залози (тиреотоксикоз).
5. Онкологічні захворювання.
6. Епілесія.
7. Дітям до 2-х років.
8. Вагітність.

Не рекомендується робити масаж при наявності гнійників (фурункулів) та інших виражених пошкоджень шкірного покриву, в зоні збільшених лімфатичних вузлів і при захворюваннях, що супроводжуються високою температурою тіла.

Отже, призначення масажу повинно бути суто індивідуальним. При лікуванні конкретних захворювань, тривалість сеансу і зону впливу повинен визначати лікар.

## **АПЛІКАТОР В ПИТАННЯХ І ВІДПОВІДЯХ**

### **— 3 чого починати самостійне лікування за допомогою аплікатора?**

- Поставте собі мету: «Я хочу мати відмінне здоров'я». Пам'ятайте, що людина не може стати більш здоровою, ніж вона сама того хоче. Кожен з нас звик довіряти реалізацію своїх цілей і виконання своїх обов'язків іншим людям. Наприклад, мета лікаря – повернути нам здоров'я, його обов'язок – проводити лікування правильно, ефективно і в повному обсязі. Але одних зусиль лікаря буде недостатньо. Запам'ятайте: «Ваше здоров'я у Ваших руках!»
- Уважно ознайомтеся з інструкцією до застосування аплікатора Ляпко, підкресліть потрібні Вам дані в тексті та позначте їх на малюнку. Візьміть на себе зобов'язання правильно і в повному обсязі виконувати процедури.
- Заведіть окремий зошит, щоб записувати свої відчуття під час і після процедур. Напишіть на зошиті великим почерком свою мету і свої зобов'язання. Розбийте зошит на графі: дата, час, місце процедури, її тривалість, відчуття під час і після процедури, тривалість лікувального ефекту. Надалі, аналізуючи свої записи, Ви зможете побачити реальні результати застосованого лікування і вибрати найкращий для себе спосіб застосування аплікаторів Ляпко.



### — Коли можна застосовувати аплікатори і валики?

Якщо Ви відчули нездужання, якщо у Вас м'язові або суглобові болі, якщо дають про себе знати старі травми, якщо Ви відчуваєте головний біль, нервову напруженість, якщо у Вас стресовий стан – покладіться на аплікатор. Встановіть його під спину або прикладіть із притиском до тієї ділянки тіла, в якій відчуваєте біль. Аплікатор допоможе Вам забути про неї!

«Голчастий дощ» при застосуванні валика пожвавить втомлену нервову систему, «змиє» напругу з м'язів, додасть обличчю приємний відтінок та освіжить шкіру. Користуйтеся лицьовим валиком, стоячи перед дзеркалом, і Вам неодмінно захочеться посміхнутися собі. Адже бачити свіжу і здорову людину в дзеркалі завжди приємно.

Якщо перед сеансом масажу підготувати спину, полежавши на аплікаторах, або «прокатати» кілька хвилин валиком, то оздоровчий ефект від масажу настане набагато швидше, буде більш стійким, а задоволення, отримане Вами, незмірно зросте.

Аплікатором можна користуватися в будь-який зручний для Вас час, можна також носити його, зафіксувавши на хворій ділянці тіла, стільки, скільки необхідно для поліпшення самопочуття.

### — Що відчуває пацієнт, застосовуючи аплікатор Ляпко?

З перших хвилин застосування аплікатора пацієнт відчуває поколювання, вібрацію, пощипування. Потім з'являється прилив тепла, зникнення больових відчуттів, приємне розслаблення, яке може переходити в нормальний здоровий сон.

### — Що при цьому відбувається?

Аплікатор впливає на шкірні рецептори, точки і рефлекторні зони, викликаючи адекватні реакції організму. Включає імунну систему в роботу, дає їй додаткові сили для успішної боротьби з хворобою.

Під впливом аплікатора йде потужний перерозподіл енергії, виникають гальванічні струми за рахунок різниці потенціалів металів, з яких складаються голки аплікатора, і як результат – мікроелектрофорез цих металів у внутрішні середовища організму.

### — Що змушує біль зникнути?

Аплікатор відновлює енергетичний баланс у меридіанах, що проходять через хворобливу ділянку, або в зоні проекції органу, який потребує лікування.

Патогенна (застійна) енергія інтенсивно передається (приймається), і ослаблене місце, там, де не вистачає енергії, – навпаки, заряджається.

Таким чином, при контакт з аплікатором, що складається з різнометалевих голок, ваш організм за допомогою шкіри діє подібно акумулятору: заповнює недолік і усуває надлишок енергії. Запалена ділянка – набрякла, з посиленням припливом крові – розряджається, і біль минає, а ослаблене місце (у разі дистрофічних процесів) отримує необхідний заряд енергії.

Крім цього, включається механізм множинних точкових уколів біологічно активних точок, розташованих на шкірі, які, підсумовуючись, дають команду гіпофізу на виділення ендорфінів – природних знеболюючих речовин організму.

### **— Як правильно використовувати аплікатор і валик?**

Спочатку потрібно визначитися: який результат Ви хочете отримати? Потім визначити зони впливу (основну, додаткову та допоміжну). Далі обрати необхідний інструмент – аплікатор або валик, або те й інше. На аплікатори можна укладатися, дотримуючись правильності укладки, або накладати аплікатор, притискаючи його мішечком з піском. Валиком можна «обкатувати» необхідні зони самостійно або вдаючись до сторонньої допомоги, захоплюючи всі ділянки тіла. Впливаючи на окремі точки і зони, аплікатор сприяє відновленню та нормалізації функції окремих органів і всього організму в цілому.

### **— Який вплив на людину чинить аплікатор-валик?**

Вплив валика аналогічний до впливу аплікатора, але результат досягається набагато швидше, і, крім цього, валику доступні практично всі ділянки тіла. Протягом 2-3 хвилин можна обкатати все тіло: воно буде «горіти», ви отримаєте кілька мільйонів уколів – «голчастий душ». За 10 хв. можна розігріти всю сім'ю після переохолодження. При роботі з валиком вам потрібен помічник для того, щоб обробляти важкодоступні місця.

### **— Як працює валик?**

Спектр дії валика великий, а ефект його застосування неймовірно високий. Це універсальний засіб. Крім того, що валик – ваш домашній голкотерапевт і діагност, за його допомоги ви знайдете всі точки, які чинять позитивний вплив саме на ваш організм, найбільш ефективно нормалізують його стан. Далеко не кожен терапевт здатний відшукати ці точки так впевнено, як знаходить їх валик. Це точки і зони різних конфігурацій, розташовані на поверхні тулуба, при впливі на які часто незвичайні відчуття не тільки виникають в самій цій точці або зоні, але і відгукуються в інших частинах тіла.

Крім загальних рекомендацій, згідно з якими необхідно впливати на основні, додаткові та допоміжні зони, рекомендовані при конкретних захворюваннях і станах, схожих з вашими скаргами і діагнозом, додатково слід обробляти валиком виявлені зони, ділянки гіперчутливості, короткочасно (5-10 хв). Звичайно, в результаті цього впливу пацієнт відчуває значне поліпшення самопочуття, зникнення болю, підвищення працездатності і загального тону, що супроводжується приємними, комфортними відчуттями в зоні аплікацій і у всьому тілі. «Обкатувати» зони потрібно на обличчі, шиї, голові або в зонах болю на тулубі та кінцівках. У деяких випадках дуже ефективним буває проведення впливу на ділянки, протилежні до ділянок болю, наприклад, якщо болює права нога або рука, то впливати в симетричному місці на лівій нозі або руці.

### **— Як застосовувати аплікатор при захворюванні щитовидної залози?**

Патологія щитовидної залози завжди супроводжується патологією шийного відділу хребта. Тому необхідно впливати на цей відділ хребта аплікатором або валиком. Ефективним є вплив на додаткові зони: крижово-куприкову і зону наднирників. Процедуру слід завершувати впливом аплікатора на стопи.

Особливу увагу слід звернути на область зчленування другої фаланги великого пальця і стопи (плюсне фалангове зчленування великого пальця) – як із підошовної, так і з тильної сторони кожної ступні.

### **— Якщо у дитини слабка рука, може аплікатор Ляпко допомогти в цьому випадку?**

Так, безсумнівно. Одна з можливих причин – це пологова травма, або, можливо, колись була отримана травма, що викликала зміщення суглоба і утиск нерва. Навіть якщо причина закладена генетично, все одно можна надати допомогу, відкоригувати стан суглоба і нерва, допомогти м'язам і нервам розвиватися правильно. Стан організму завжди пов'язаний зі станом хребта. Необхідно впливати на зони, розташовані паравертебрально в шийному і грудному відділах хребта, потім, поздовжньо, починаючи з кисті, далі передпліччя і плече хворого боку. Для посилення терапевтичного ефекту додатково впливати на симетричні зони здорової кінцівки і стопи. Сеанс можна завершувати сегментарним масажем шийно-комірцевої зони та обох рук масажером «Фараон». Лікування необхідно проводити регулярно і довгостроково, до отримання позитивної динаміки.

### **— Рука внаслідок травми ліктьового суглоба частково втратила рухливість. Чи можна застосовувати аплікатор, і якщо так, то яким чином?**

Використовувати аплікатор для реабілітації просто необхідно, і ось чому: внаслідок травми стався поріз ліктьового і променевого нервів. Цілісність відновилися – кістки зрослися, але найчастіше автоматично формуються патологічні осередки в плечовому і ліктьовому суглобах, шийному відділі хребта, який вже порушений, оскільки є зміщення або застійні процеси внаслідок вимушеного обмеження рухливості.

Тільки вплив на всі патологічні осередки сприяє нормалізації та відновленню роботи хворого органу, суглоба, відділу хребта. Він дає тільки позитивний ефект, адже в основу методу покладено один із головних принципів медицини – не нашкодь, використовуй захисні сили організму.

Впливати аплікаторами (валиками) необхідно на шийно-грудний відділ хребта, зони шийно-плечових сплетень. До лікування слід залучати області суглобів (плечового і ліктьового), передпліччя і кисть. Для посилення терапевтичного ефекту доцільно використовувати аплікатори на симетричні зони здорової сторони і стопи.

### **— Чи шкідливо застосовувати аплікатори?**

Ні, не шкідливо. Більш того, використовуючи аплікатори Ляпко, Ви змушуєте захисні сили організму боротися з хворобою та успішно перемагає її. Потрібно лише уважно прислухатися до своїх відчуттів і грамотно застосовувати аплікатор. При цьому відчуття повинні бути тільки приємними. Ще раз уважно прочитайте розділ «Як працювати з аплікатором?», зверніть увагу на правильність укладання і Ваші дії при тривалих дискомфортних відчуттях. Лікування повинно приносити полегшення, спокій і розслаблення, давати заряд бадьорості, підвищувати працездатність, відновлювати гармонію.

### — Як не помилитися і не придбати підробку?

Аплікатори Ляпко придбали широку популярність серед різних груп населення. Ними користуються в лікувальних установах – від районних лікарень до науково-дослідних центрів – на базі медичних університетів, Військово-медичної академії і т. д. Це призвело до появи неякісних та несертифікованих виробів, які продають недобросовісні ділки, використовуючи наші фірмові логотипи, нашу рекламну продукцію і, головне, популярність і ефективність цих аплікаторів.

Процес виготовлення аплікаторів Ляпко дуже трудомісткий і дорогий, оскільки застосовується оригінальна технологія з високою точністю і використовується сировина тільки найвищої якості.

Справжній аплікатор М.Г. Ляпко має основу з високоякісної медичної гуми, яку легко відрізнити від звичайної промислової за зовнішнім виглядом, запахом і еластичністю. Гума використовується різних кольорів. Кожний аплікатор характеризується строкатістю кольорів і забарвлень.

Основа аплікатора виконана суцільнолитотою, що гарантує її надійність і довговічність. Спеціальні потовчення в основі пластини дозволяють надійно закріпити голки і не дати їм ні випасти, ні нахилитися. Крім того, вони оберігають шкіру від проколювання. Всі голки аплікаторів Ляпко і покриття на них зроблено з найчистіших металів, з повним дотриманням вимог МОЗ, що пред'являються до виробів медичного призначення. Справжні аплікатори Ляпко можна придбати в магазинах офісів компанії «Ляпко», в аптечній мережі, в магазинах медтехніки.

## РЕЗУЛЬТАТИ ЗАСТОСУВАННЯ АПЛІКАТОРІВ ЛЯПКА

*«У чоловіка була черепно-мозкова травма у травні 2003 р. З лікарні виписаний 3.06.03 р. з «виροком», що права рука навряд чи буде працювати. Рука, правда, згиналася в лікті, але була настільки слабкою, що тримати в ній він нічого не міг.*

*Наші дії: щодня і багаторазово обкатувала валиком все: від кінчиків пальців рук і ніг до маківки, потім він лягав на аплікатор «Супутник» по черзі всіма відділами хребта, «обіймав» рукою валик, наскільки міг зігнути долоню. В результаті – перша спроба розписатися у відомості на отримання пенсії – 3.07.03 р. На сьогоднішній день чоловік віджимається від підлоги 10 разів, пише розбірливо, робить всю роботу по дому без обмежень і готується до городнього сезону. Дякую Вам!»*

*Матвєєва Ельвіра Іванівна, м. Барнаул*

*«Велике Вам дякую за аплікатори Ляпко! Для нас, ветеранів, ці аплікатори – як бальзам для душі і тіла. З 1976 року почав турбувати радикуліт, чим далі, тим гірше. З виходом на пенсію почалося безсоння, закрепи, свербіж, стали відмовляти ноги. Став нервовий. Зробили обстеження на томографі, знімки показали шийну, грудну та поперекову міжхребетні грижі. Це відгомони в'єтнамської прихованої війни. 2008 року дізнався про аплікатори Ляпко. Купив «Квадро», почав користуватися, як рекомендує книга. Я навіть не помітив, як пройшло безсоння, зник закрепи і не дуже турбує грижа. А я ж 6 місяців не ходив. Зараз ходжу, сиджу, займаюся гімнастикою. Почалося нормальне життя. Велике дякую Вашому аплікатору!»*

*Байдацький Ю. І., м. Севастополь*

«Після черепно-мозкової травми на великій ділянці голови хірург попередив, що волосся рости не буде. Застосовувалися різні засоби для стимуляції росту волосся, але ніяких результатів не було. Після застосування валика, через 3 тижні з'явилася щетина на всій ділянці.

У жінки було сильне запалення нервових закінчень куприка. Після місячного перебування в лікарні стан залишався колишнім. Лікарі запропонували оперативне лікування, і хвора погодилася, але перенесла операцію на деякий час. Вдома вона застосовувала аплікатор на попереково-крижову зону і після двох тижнів лікування болю зовсім пройшли і більше не поновлювалися, відпала необхідність операції».

Сидоренко Григорій Михайлович, м. Дніпропетровськ

«З 1985 року почалися проблеми з хребтом з приводу остеохондрозу. Двічі на рік звертався в лікарню до невропатолога. Результат – всілякими уколами і таблетками «посадили» нирки. З 2002 року користуюся одинарним аплікатором згідно з вашими рекомендаціями. За цей час жодного разу не звертався до лікаря, болю немає, відчуваю себе чудово».

Резхпін Юрій Клементійович, м. Бійськ

«Півторарічна дитина зовсім не розмовляла, не вимовляла ні слова, хоча фізично розвивався нормально. Мама придбала лицьовий валик, і дитина цілими днями грала з ним: крутила і катала ручками. Яке ж було здивування рідних, коли через декілька днів дитина заговорила чисто і навіть цілими реченнями».

М'ясникова Валентина Василівна, м. Бійськ

«Використовувала лицьовий валик у косметології. Після 15 сеансів спостерігалось підвищення тонушу шкіри і м'язів обличчя, покращується колір обличчя, гарний емоційний вплив. Омолодження на 3-7 років».

Іванцова Олена Борисівна, рефлексотерапевт, м. Томськ

«Дівчинці 16 років, з народження діагноз – ДЦП з порушенням рухових функцій і функцій тазових органів. Дитина не відчувала ніг, самотійно не оправлялася. Мама використовувала одинарний аплікатор на зону попереку, низ живота і під стопи. В результаті – ноги стали теплими, з'явилася чутливість, повністю відмовилися від прийому проносних. Зараз продовжують займатися, поступово наростає обсяг рухів у ногах».

Сагайдачна Яна, м. Харків

«Супутник» Ляпко завжди (і зараз теж) в сумочці замість знеболюючих таблеток. Одного разу проводила зустрічі з консультантами в м. Кіровське, одна з них проходила в шахтовій лабораторії. При виході, майже у повній темряві, на всьому ходу вдарилася головою об одвірок. Справа була взимку, снігу навколо повно, приклала хвилину на 40 – кров зупинилася, набряку начебто немає. Трьома годинами пізніше, повернувшись додому, з жахом побачила набряк майже до брів, що наповзав на чоло. Приклала ПАЛ «Супутник» на чоло – через 40-50 хвилин від набряку не залишилося ані синця, ані сліду. Абсолютно впевнена, що ніякий інший засіб не дав би такого ефекту, тим більше так швидко. Дякую!»

Демченко Олена Олексіївна, м. Донецьк

*«Мені 76 років. Хворію на серце давно, переніс 2 інфаркти міокарда. Напади стенокардії турбували і вдень і вночі. Без нітрогліцерину і валідолу не міг ступити ані кроку. Два роки тому донька подарувала два аплікатори: «Подвійний» і «Малюк».*

*Застосовую регулярно великий аплікатор уздовж хребта і під стопи. Відчуваю себе добре, працюю на дачі і навіть дільничний лікар сказала, що кардіограма стала майже нормальною. Іноді, коли з'являється тяжкість або біль за грудиною, використовую «Малюк»: притискаю його до мізинця і серцевого трикутника на долоні. Обходжуся без ліків, чого і Вам бажаю».*

*Савченко Микола Андрійович, м. Мар'їнка*

*«Старі травми (плечовий суглоб – коліна) нагадують про себе. Особливо при дуже мінливій погоді в провінції Онтаріо (Канада). За рекомендацією спортивного лікаря Сергія Литоша, який успішно застосовує аплікатори Ляпко в збірних командах Канади, почав користуватися аплікаторами Ляпко.*

*Особливо порадувала «Чарівна стрічка Здоров'я». Миттєво знімає біль, набряклість, м'язовий спазм, поліпшується гнучкість у русі, витривалість, приплив енергії. Звідси підвищується швидкісно-силова витривалість. Якщо б у мої роки я мав можливість користуватися такими стрічками, я б не зішшов з дистанції через травми. І ще – аплікатори Ляпко дуже швидко спрацьовують як протистресова система і не допускають депресії. У Торонто Сергій Литош рекомендує і застосовує аплікатори Ляпко у спортсменів у різних видах спорту: боксі, легкій атлетиці, футболі, художній гімнастиці, хокеї, карате, йозі та ін.*

*Велике дякую М.Г. Ляпко за його дивовижне творіння.*

*Рекомендую всім, особливо чинним атлетам:*

*Для стимуляції нервово-м'язової системи 5-8 хв. перед тренувальним процесом.*

*Для відновлення після змагального періоду або тренування – 30-45-60 хв.*

*З найкращими побажаннями,*

*Олександр Червоний – Майстер спорту Міжнародного класу зі стрибків з жердиною (член команди з Сергієм Бубкою), Канада».*

*«Добрий день. Коротко про себе: 26 років працюю в реабілітації, з них 18 років в Канаді (до Канади – 4-е управління МОЗ СРСР).*

*Обслуговував студентську універсіаду в Баффоло (1993 р.), чемпіонати світу з легкої атлетики, сквошу, гімнастики, боротьби. Багато років з хокеїстами НХЛ. Досвід є.*

*Останні 3 роки застосовую аплікатори Ляпко, останні 10 місяців і «Чарівну Стрічку». Результати приголомшливі!*

*1. Для підвищення швидкісно-силової витривалості (а це дуже важливий показник) я обмотую ноги і руки: для стимулювання нервово-м'язової системи на 8-10-12 хв.*

*Можна і попереk, і шию, і голову.*

*2. Для відновлення після важких або виснажливих тренувань та ігор я обмотую атлета на 20-25-30 хв. А потім короткий масаж. Результат очевидний. Атлети самі мені кажуть, що вони додали в швидкості, силі, витривалості. Відновлення проходить набагато легше і швидше. Тренери шоковані і в повному здивуванні, але дуже вдячні.*

*3. Працездатність збільшилася у всіх 100% атлетів. Приходжу в зали – атлети*

плескають у долоні – вітають, вже чекають.

Є хороший приклад: хлопчик 12 років займається футболом. В середньому 1-2 м'ячі забивав в 3-4 іграх. Обмотав йому на 12-15 хвилин обидві ноги і потім по 7-8 хвилин на кожну ногу масаж.

У наступній грі хлопчик забиває п'ять м'ячів. Через 2 тижні повторюю процедуру. У наступній грі 4 (чотири) голи. Батьки двох команд у шоці.

За такої ситуації йому зробили жорсткий пресинг. Два сильних футболісти команди-суперника його блокували. Та, незважаючи на це, він все одно забив три голи в цій грі.

Завдяки таким унікальним результатам тепер у мене по 4-6 спортсменів проводять щоденні обмотки...

Завжди здорові та щасливі!

Таким чином, я впевнений, кожен спортсмен може дуже пристойно підвищити свої показники і результати, якщо подружиться з аплікаторами Ляпко. Якщо у Канаді визнали (а народ тут дуже скупий на визнання), то, повірте мені, ефект від застосування аплікаторів Ляпко – дуже великий.

Миколі Григоровичу величезне дякую особисто від мене і від усіх, хто їх використовує.

З повагою,

Сергій Литовш, м. Торонто. Канада»

### **ЗАКОН МУДРОЮ ВІЧНОСТІ**

Бути міцніше хочете? Молодше - хочете?  
Хочете на світі прожити більше днів?  
На службу - ходіть, зі служби - ходіть,  
Ходіть, ходіть, ходіть швидше!

Щоб серце не знало в шляху перебоїв,  
Щоб душу налаштувати на лад вольовий,  
Ходьбу обвінчався з світанкової підтюпцем,  
А тіло своє - з крижаною водою.

Душевна щедрість, тепло і посмішка  
Потрібні нам як повітря, як хліб, як вода.  
Заздрісність, злість, конфлікти - помилка,  
Несуть в могилу не дні, а роки!

Обломовской ліні - ганьба і презирство;  
Диктату шлунка - залізний заслін!  
Рух, рух, рух, рух -  
Адже це ж ... життя загальний закон.

### **ЗАГАЛЬНИЙ ЗАКОН**

А життя - лише мить. І недалекий той час,  
Коли ми у всесвіті розчинимося.  
Ми на землі живемо останній раз,  
І більше ніколи не повторимо!  
Любов і смерть - ось тільки і всього,  
Що нам дано законом мудрою вічності.  
Ілюдей вмирають для того,  
Щоб продовжити рід людства.  
Тому поспішай творити добро,  
Чи не відкидай народне повір'я: не золото, не срібло,,  
А доброта дарує нам безсмертя.



## ЛІТЕРАТУРА:

1. Каладзе Н.Н., Горлов А. А., Ляпко М.Г., Ляпко-Аршинова Ю. М. Вплив рівня стрес-асоційованих гормонів на імунологічні показники після курсового застосування різнометалевих багатоголкових аплікаторів Ляпко. // Матеріали першого Всеросійського з'їзду лікарів відновлювальної медицини «РеаСпоМед 2007». М., 2007 - 356 с.
2. Кукушкін Ю. Н. Хімічні елементи в організмі людини // Соросівський освітній журнал. - 1998-№5. - С. 54-58 с.
3. Латогуз С. І. Практичне керівництво з рефлексотерапії і голковколуювання.: -Ростов н/Д: Вид-во «Фенікс», 2003. - 416 с.
4. Михайлов В. В. Макро- і мікроелементний аналіз волосся в практиці лікаря. // Електронний ресурс // Режим доступу до статті: [http://eyecenter.com.ua/doctor/discus\\_club/stol/miopia/04.htm](http://eyecenter.com.ua/doctor/discus_club/stol/miopia/04.htm)
5. Мосін О. Медицина: про фізіологічний вплив наносрібла на організм людини <http://nauka.izvestia.ru/blogs/article83905.html> // Електронний ресурс // Режим доступу до статті: [nauka.izvestia.ru/blogs/article83905.html](http://nauka.izvestia.ru/blogs/article83905.html)
6. Некрасов Б. В. Основи загальної хімії. 3-є видання, випр. і додат. Т. 1-3, М: Вид-во «Хімія», 1973. - 656 с.
7. Нервові хвороби. Підручник для студентів медичних інститутів. / Під ред. Яроша А. А. – К.: Вища школа, 1985. – 463 с.
8. Обухова Л. А. Білково-вітамінний комплекс «Кедрова сила». 3-є вид., додат. // Гл. Мінеральні речовини. Новосибірськ.: Вид-во НДІ КиЕЛ СО РАМН ТОВ «ДЕЛЬФА», 2008
9. Ріпан Р. Четяну І. Неорганічна хімія. Том 2. Хімія металів. Пер. з румунської. М.: Світ, 1972. – 872 с.
10. Самосюк І. З., Лисенюк В. П. Акупунктура. Енциклопедія. – К: Українська енциклопедія ім. Бажана М. П.; М.: АСТ-Прес, 1994. – 534 с.
11. Тикочинська Е. Д. Основи голкорексотерапії. М.: Вид-во «Медицина», 1979
12. Ходжкін А. НЕРВОВИЙ ІМПУЛЬС. Пер. з англ., М., 1965;
13. Екклс Дж. Фізіологія нервових клітин. Пер. з англ., М.: Іноземна література, 1959.- 298 с.
14. Гаваа Лувсан. Традиційні та сучасні аспекти східної рефлексотерапії. М.: Наука, 1986. 576 с. – стор. 28 – 36.

## ЗМІСТ

|  |    |
|--|----|
| Вступ.....   | 2  |
| Можливості аплікатора Ляпко .....  | 5  |
| Теоретичні аспекти поверхневої багатоголкової терапії аплікаторами Ляпко ..... | 5  |
| Механізми дії аплікаторів .....  | 8  |
| Основи рефлекторної діагностики .....  | 13 |
| Як влаштований аплікатор Ляпка? .....  | 15 |
| Різноманітність продукції Ляпка .....  | 16 |
| Відмінності аплікаторів-пластин від валиків .....                              | 22 |
| Як працювати з аплікатором? .....  | 23 |
| Тривалість дії.....  | 24 |
| Показання до застосування .....  | 25 |
| Протипоказання до застосування аплікаторів .....                               | 26 |
| Дезобробка Аплікаційних пристроїв Ляпка .....                                  | 27 |
| Рекомендації щодо застосування аплікаторів Ляпко .....                         | 27 |
| Аплікаційна терапія під час вагітності.....                                    | 31 |
| Схеми впливу аплікаторами і валиками при різних захворюваннях.....             | 33 |
| Аплікатор «Ромашка-М» .....  | 52 |
| Аплікатор-пояс.....  | 53 |
| Пояс «Чарівна стрічка «Здоров'я» .....   | 53 |
| Аплікаційні валики .....   | 55 |
| «М'ячик голчастий» .....   | 56 |
| ПАЛ «Пояс універсальний М» .....   | 63 |
| Масажер «Фараон».....  | 65 |
| Протипоказання .....   | 70 |
| Аплікатор у питаннях і відповідях.....   | 70 |
| Результати застосування аплікаторів Ляпка .....                                | 74 |
| Література .....   | 79 |



ЛЯПКО  
**АПЛІКАТОР**  
ЖИВІТЬ БЕЗ БОЛЮ!



Унікальні медичні вироби  
для всієї родини!

Прості у використанні.  
Не вимагають спеціальних навичок.

Використовуються для оздоровчого  
і профілактичного впливу  
на будь-які ділянки тіла.



## ЛЯПКО МИКОЛА ГРИГОРОВИЧ

Президент Медико-виробничої компанії «ЛЯПКО», лікар-рефлексотерапевт вищої категорії, кандидат медичних наук, творець концепції металоігольчатих аплікаторів Ляпка, автор оздоровчих методик. Медико-виробнича компанія Ляпка більше 15 років спеціалізується на виробництві унікальних товарів - аплікаторів Ляпка, що сприяють відновленню та зміцненню здоров'я.



Основним елементом взаємозв'язку організму з зовнішнім середовищем є шкірний покрив людини. Він багатий нервовими закінченнями. Аплікатори Ляпка, впливаючи на нервові закінчення, пробуджують механізми самозахисту організму, активізують обмін речовин і імунну систему людини.

Аплікатори Ляпка застосовуються для лікування широкого спектру захворювань і дозволяють підтримувати високу якість життя без застосування фармацевтичних препаратів.



Аплікатори Ляпка виготовлені з медичної гуми, основним компонентом якої є натуральний каучук. Голки аплікаторів Ляпка складаються з п'яти природних органічних для людського організму металів: цинку, міді, заліза, нікелю і срібла. Вони не проколюють шкіру, оскільки заточені по-особливому.

Продукція рекомендована Міністерством охорони здоров'я України для використання в медичній практиці, захищена багатьма патентами, сертифікована відповідно до світових стандартів якості.

## ПРЕДСТАВНИЦТВА МПК «ЛЯПКО»

### КИЇВ

вул. Маршала Тимошенка, 15Г, оф.8  
тел: (044) 489 93 51  
(044) 489 93 52  
(067) 620 67 06  
elenaoffice@yandex.ru

[WWW.LYAPKO.UA](http://WWW.LYAPKO.UA)

### ОДЕСА

вул. Ніженська, 42  
тел.: (048) 721 50 40  
(067) 625 77 81  
office\_od@lyapko.com

Виробник: ТОВ «Ляпка»  
Зареєстровано в Україні та РФ як виріб медичного призначення.  
Захищено патентами: № 54480 (Україна), № 2252005 (Росія), № 003202 (Сьвразійський).

Впроваджено систему менеджменту якості відповідно до вимог ISO 9001:2015.

Сертифікат виданий TÜV SÜD Management Service GmbH, Німеччина

**ОДОБРЕНО**  
**МОЗ УКРАЇНИ**

Зареєстровані торговельні знаки:



# САМОЛІКУВАННЯ МОЖЕ БУТИ ШКІДЛИВИМ ДЛЯ ВАШОГО ЗДОРОВ'Я