

К.Н. Миронов  
Г.Ю. Лазарева  
Н.Н. Полушкина

**Энциклопедия  
по нетрадиционной  
медицине**

Москва, 2017

УДК 615.89  
ББК 53.59  
М64

**Миронов К.Н., Лазарева Г.Ю., Полушкина Н.Н.**

**М64** Энциклопедия нетрадиционной медицины / Миронов К.Н., Лазарева Г.Ю., Полушкина Н.Н. – М.: Научная книга / T8RUGRAM, 2017. – 320 с.

ISBN 978-5-519-50440-9

С каждым годом доверие к нетрадиционной медицине возрастает, и это совершенно не случайно, поскольку её эффективность демонстрируют результаты её применения на практике.

Эта энциклопедия описывает нетрадиционные способы лечения и профилактики болезней различных органов и систем. Вниманию читателя представлены как общеизвестные способы: фитотерапия, йогатерапия, гомеопатия, лечение продуктами пчеловодства; так и редко используемые методики – лечение цветом, кристаллами, гирудотерапия и многое другое.

Книга содержит множество мудрых рекомендаций по принципам лечения недугов нетрадиционными методами, которые помогут читателю обрести крепкое здоровье на долгие годы.

Будьте здоровы и счастливы!

УДК 615.89  
ББК 53.59  
BIC MX  
BISAC MED004000

*Издательство не несет ответственности за возможные последствия, возникшие в результате использования информации и рекомендаций этого издания. Любая информация, представленная в книге, не заменяет консультации специалиста.*

ISBN 978-5-519-50440-9

© ООО Литературная студия  
«Научная книга», издание, 2017  
© T8RUGRAM, оформление, 2017

## Содержание

РЕФЛЕКСОТЕРАПИЯ .....	6
Общие сведения .....	6
Иглофлексотерапия (чжень-цзю-терапия). Акупунктура .....	6
МЕРИДИАНЫ .....	10
Точки жизненной энергии .....	10
Частные методики рефлексотерапии .....	54
Шиацу .....	64
Цуто-терапия .....	67
Аурикулотерапия .....	69
ЙОГАТЕРАПИЯ .....	81
Понятие, цель и школы йоги .....	81
Основные типы упражнений йоги .....	86
ЛЕЧЕНИЕ ЙОГОЙ	
НАИБОЛЕЕ РАСПРОСТРАНЕННЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ .....	99
Заболевания органов дыхания .....	99
Заболевания органов пищеварения .....	100
Болезни опорно-двигательного аппарата .....	102
Инфекционные болезни .....	102
Ревматические болезни .....	103
Женские болезни .....	104
Сердечно-сосудистые заболевания .....	104
Эндокринные и обменные заболевания .....	105
Кожные болезни .....	106
Нервные и психические заболевания .....	106
Хирургические болезни .....	107
Болезни уха, горла, носа .....	107
Рациональное питание при занятии йогой .....	107
ГИРУДОТЕРАПИЯ .....	109
Основы механизмов лечения	
и общие сведения о гирудотерапии .....	109
Врачебное применение пиявок в клинической практике .....	130
Гирудотерапия внутренних болезней .....	140
Заболевания дыхательных путей .....	146
Заболевания желудочно-кишечного тракта .....	150
Гирудотерапия в хирургии .....	156
Гирудотерапия в гинекологии .....	166

Гирудотерапия в урологии .....	173
Гирудотерапия в офтальмологии .....	175
Гирудотерапия при лор-болезнях .....	178
<b>БИОЛОГИЧЕСКИ АКТИВНЫЕ ДОБАВКИ (БАД) .....</b>	<b>181</b>
Общие сведения .....	181
Основные функции БАД .....	185
Принципы лечения БАД .....	185
Характеристика составных частей БАД .....	188
Роль бад в профилактике и лечении заболеваний .....	198
<b>ЗАБОЛЕВАНИЯ ОРГАНОВ ДЫХАНИЯ .....</b>	<b>203</b>
Острые респираторные заболевания .....	203
Острый бронхит .....	206
Хронический бронхит .....	207
Острая пневмония .....	210
Бронхиальная астма .....	214
Плеврит .....	219
Насморк .....	221
<b>ЗАБОЛЕВАНИЯ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ .....</b>	<b>225</b>
Артериальная гипертония .....	225
Ишемическая болезнь сердца .....	228
Инфаркт миокарда .....	231
Атеросклероз .....	232
<b>ЗАБОЛЕВАНИЯ</b>	
<b>ЖЕЛУДОЧНО-КИШЕЧНОГО ТРАКТА .....</b>	<b>237</b>
Основные жалобы .....	237
Хронический эзофагит .....	237
Острый гастрит .....	238
Хронический гастрит .....	239
Язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки .....	242
Хронический энтерит .....	244
Хронический колит .....	246
Панкреатит .....	247
Хронический гепатит и цирроз печени .....	249
Запор .....	252
Холецистит .....	254
<b>ХИРУРГИЧЕСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ .....</b>	<b>260</b>
Гнойные заболевания мягких тканей .....	260
Рожистое воспаление .....	263

Остеомиелиты .....	264
Обморожение .....	265
Ожоги .....	267
Переломы костей .....	270
Закрытые травматические повреждения .....	272
Открытые травматические повреждения .....	274
Болезни костно-мышечной системы .....	277
Остеопатии и хондропатии .....	282
 БОЛЕЗНИ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ .....	 285
Функциональные нарушения .....	285
 БОЛЕЗНИ ЭНДОКРИННОЙ СИСТЕМЫ .....	 297
Основные симптомы и синдромы при болезнях эндокринной системы .....	 297
Диффузный токсический зоб .....	298
Зоб эндемический .....	299
Сахарный диабет .....	301
Ожирение .....	303
 ЗАБОЛЕВАНИЯ СОЕДИНИТЕЛЬНОЙ ТКАНИ .....	 306
Ревматизм .....	306
Ревматические болезни .....	310
Нарушения сердечного ритма .....	311
 ЗАБОЛЕВАНИЯ МОЧЕВЫДЕЛИТЕЛЬНОЙ СИСТЕМЫ .....	 313
Острый гломерулонефрит .....	313
Хронический гломерулонефрит .....	314
Острый и хронический пиелонефрит .....	315
Мочекаменная болезнь .....	317
Цистит острый и хронический .....	318

# РЕФЛЕКСОТЕРАПИЯ

## Общие сведения

Рефлексотерапия представляет собой комплекс терапевтических методик, основанных на воздействии на биологически активные точки (БАТ) на теле человека. Эти точки имеют рефлекторную связь со всеми внутренними органами и системами.

Воздействие на биологически активные точки способствует мобилизации всех защитных ресурсов человека, стимулирует, успокаивает нервную систему, усиливает деятельность желез внутренней секреции (поджелудочной, половых, надпочечников и т.д.), улучшает кровообращение, регулирует питание тканей, снижает мышечное и нервное напряжение, устраняет боли.

Истоки рефлексотерапии скрыты в столь давних временах, что невозможно назвать ни авторов, ни дать объяснения, откуда у древних народов такое знание анатомии человеческого тела и скрытых возможностей, заложенных в нем. Методы лечения и воздействия на биологически активные точки передавались из поколения в поколение.

Наиболее привлекает восточная традиционная медицина. Она достаточно цельной дошла до наших дней, имеет свою систему диагностики и лечения. Наибольшего развития медицина Востока достигла в Китае. Среди методик, основанных на рефлексотерапии, различают: акупунктуру, акупрессуру, иглорефлексотерапию, цуботерапию, точечный массаж, шиацу и аурикулотерапию.

## Иглофлексотерапия (чжень-цзю-терапия). Акупунктура

### *Иглоукалывание*

Иглорефлексотерапия — акупунктура — один из методов рефлексотерапии.

Акупунктура, одна из ветвей традиционной китайской медицины, существует более 5 тысячелетий. Описание этого метода имелось уже в самых старинных классических китайских книгах по

медицине. Пик распространения чжень-цзю-терапии приходится на Средние века. В то время большинство населения Китая владело этой методикой лечения, усовершенствовавшейся на протяжении длительного промежутка времени, что и обеспечило ей великолепные результаты.

Врачеватели Китая из поколения в поколение передавали накопленный опыт, приумножая и развивая его. Одним из первых дошедших до наших дней письменных документов, посвященных иглоукалыванию, была книга «Хуанди-Ней-узин», написанная в Китае примерно в 24 г. до н. э. В ней отражены вопросы иглотерапии и прижигания, описаны 9 форм металлических игл, топография 295 точек (135 парных и 25 непарных), изложены основные показания и противопоказания, а также правила проведения иглотерапии, основанные на более чем 2000-летнем опыте применения иглоукалывания и прижигания.

Несколько позже появилась книга «Цзя и Цзин», посвященная только чжень-цзю-терапии, где уже описано 649 точек (300 парных и 49 непарных) на человеческом теле и впервые был применен термин «чжень-цзю» (от китайского «чжень» — иглоукалывание, дословно — укол золотой иглой; «цзю» — прижигание).

В Европу первые сведения о лечебном иглоукалывании и прижигании начали проникать в XIII в., через миссионеров, купцов и путешественников, однако они не получили широкого распространения. Лишь в XIX в. благодаря французским авторам, опубликовавшим около 142 работ на эту тему, иглорефлексотерапия начала получать практическое применение и в Европе.

В Китае и других странах Востока она продолжает совершенствоваться и в наши дни.

Акупунктура в этих странах заменяет наркоз, применяется при лечении различных заболеваний.

### ***Теоретические аспекты рефлексотерапии***

Дальневосточная медицина базируется на представлении единства человек и природы. В окружающем мире (макрокосмосе) человек является миром в миниатюре (микрокосмосом) и состоит из тех же первоэлементов, что и мир — дерева, огня, земли, металла, воды. Эти элементы попадают в организм с пищей. Человек подчиняется

общим законам природы и воздействий пяти «стихий» — ветра, жара, влажности, сухости, холода. Человек отличается от остального мира только наличием разума. Каждый из первоэлементов связан с другими продуктивными и разрушающими процессами. Продуктивные процессы: вода способствует росту дерева, дерево может произвести поле, огонь, огонь дает землю (пепел), земля дает металл, металл может превращаться в жидкость (воду). Деструктивные процессы: вода гасит огонь, огонь размягчает металл, металл режет дерево, земля поглощает воду.

Первоэлементы представляют собой как бы символы остальных составляющих материального мира и вместе с тем движение: дерево — символ возрождения и роста (ян), огонь — наибольшее развитие, максимальная активность (ян), металл — символ начинающегося упадка (от ян к инь), вода — символ минимальной активности, пассивной силы (инь), земля — центр циклических изменений. Все это составляет концепцию У-Син.

Дальневосточные философы применяли концепцию У-Син к анализу жизненной системы человека и его взаимоотношений с природой. Все главные органы человека принадлежат к 5 первоэлементам и поэтому связаны между собой теми же продуктивными и деструктивными связями. Древние представления о наличии в организме неизменной энергии (чи), крови, телесных соков, а также духовного начала (шень). Восточная медицина полагает, что пока в организме циркулирует чи (неизменная сила, неизменная энергия), человек живет.

Жизненная сила состоит из единого активного и пассивного начал, или двух полярностей. Активная, или положительная полярность, выражающая движение, свет, тепло, возбуждение, т.е. «избыток», определяется как ян-состояние. Пассивная, или отрицательная, полярность, выражающая покой, тьму, холод, угнетение, т.е. «недостаток», определяется как инь-состояние.

Взаимодействие и борьба двух противоположностей есть форма проявления неизменной силы. В здоровом организме эти две вечно изменяющиеся полярности постоянно уравнивают друг друга, но никогда не бывают абсолютно равными. Концепция инь-ян составляет мировоззренческую основу древнекитайской медицины.

Различают следующие структуры и функции человеческого организма на основе концепции инь-ян; структуры организма — это



инь, а их функции — это ян; деятельность организма — ян, пищевые вещества — инь; инь сохраняется внутри и является материальной основой для ян. Инь и ян никогда не находятся в покое, они постоянно дополняют, но в то же время изменяют друг друга. В основе нормальной жизнедеятельности организма лежит уравновешенное состояние инь и ян, полная «гармония» их проявлений. Нарушения этой гармонии ведут к патологии, что выражается либо в ослаблении ян или инь, либо в чрезмерном усилении того или другого начала.

В целом любое физическое или психическое состояние человека, в котором наблюдается избыточность по сравнению с принятой позицией, относят к ян-состоянию, а недостаточность — к инь-состоянию.

И действительно, человек — это комплексная, открытая, саморегулирующаяся и самовоспроизводящаяся биологическая система с полярным напряжением и расслаблением физиологических процессов и ритмов: он тогда бывает здоров, когда его ритмические процессы находятся в динамическом равновесии.

Для каждого человека имеется своя физиологическая модель, которой характеризуется его индивидуальность. Любое длительное нарушение природного, индивидуального равновесия приводит к болезни, т.е. к нарушению нормального взаимодействия между процессами возбуждения и торможения, восстановления и разрушения.

Если это нарушение незначительное и все органы функционируют в пределах индивидуальной физиологической нормы, то в результате саморегуляции происходит восстановление нарушенного баланса.

В случае значительного нарушения функций органов и длительного действия болезнетворного фактора появляются видимые изменения в тканях и органах человека, которые сопровождаются соответствующей симптоматикой. Процесс саморегуляции становится недостаточным для устранения патологического процесса, необходимо вмешательство извне.

Одним из видов лечебной помощи извне является акупунктура, которая повышает защитные силы больного, помогает ему восстановить гармонию между ян- и инь-состоянием своего организма.

## МЕРИДИАНЫ

### Точки жизненной энергии

На основе представления о целостности организма в древне-восточной медицине центром этого органически целого считались «главные органы», которые связаны со всеми частями организма и с кожей. Были выделены две категории так называемых главных органов: 5 органов — чжан и 5 органов — фу. Остальные органы были отнесены к добавочным.

Органы чжан характеризуются плотностью и называются органами накопления (резервы энергии организма). Они относятся к системе инь; это сердце (огонь), легкие (металл), селезенка (земля), почки (вода), печень (дерево). К инь-органам отнесен также условный орган — «перикард» (в это понятие не входит анатомическое образование — сердечная сумка).

В теории органических функций перикард является функциональной системой, регулирующей (вместе с сердцем) кровообращение, дыхание, половые функции. Органы фу характеризуются тем, что они полые, служат для приема пищи, пищеварения и всасывания, относятся к системе ян; это желудок (земля), толстая кишка (металл), тонкая кишка (огонь), желчный пузырь (дерево), мочевой пузырь (вода). К ян-органам относится другой орган — «три обогревателя», тоже не имеющий морфологической основы, он является функциональной системой, объединяющей функцию органов грудной и брюшной полости, а также полость малого таза.

Каждый «орган» управляет своим меридианом. История развития учения — первоначально было обнаружено, что у заболевшего человека имеются болезненные при надавливании небольшие участки кожи, которые получили название «жизненных точек». Полагали, что проколы кожи в этих точках открывают отверстия, через которые болезнетворные начала выходят из организма больного. Затем в расположении этих точек был найден определенный порядок. Оказалось, что точки располагаются по строгим линиям, получившим название меридианы (каналы, линии). Всего имеется 12 основных меридианов — парные, а заднесрединный и переднесрединный меридианы — непарные.