

Вячеслав ФЕДОРОВ

ВИТАФОН

ЛЕЧЕНИЕ И
ПРОФИЛАКТИКА
ЗАБОЛЕВАНИЙ





«ВИТАФОН-ИК»

аппарат контактный, сочетанного воздействия

Аппарат Витафон-ИК сочетает воздействие микровибрации и инфракрасного излучения, имеет расширенный диапазон амплитуд микровибрации.

Разработана уникальная методика его применения при лечении хронических вирусных гепатитов.

В июне 2002 года состоялась 2-я Всероссийская конференция «Виброакустика в медицине», на которой отмечалась высокая результативность лечения хронического вирусного гепатита. Достигнуто 25 % ремиссий через три месяца лечения и 44 % ремиссий — через 6 месяцев лечения аппаратом без применения лекарственных средств.

Методика, по которой применялся аппарат, и результаты измерения интерферонового статуса в течение первого месяца лечения приведены на 3 странице обложки.

Вячеслав ФЕДОРОВ

ВИТАФОН

**ЛЕЧЕНИЕ
И ПРОФИЛАКТИКА
ЗАБОЛЕВАНИЙ**



Вита Нова

Санкт-Петербург

2002

ББК 53.55
Ф33

Под общей редакцией
канд. мед. наук А. И. Куртова
Художник Сергей Борин
Фотограф Игорь Бородин

Федоров В. А.

Ф33 Витафон: Лечение и профилактика заболеваний. —
СПб.: Вита Нова, 2002. — 256 с., ил.
ISBN 5-93898-001-1

В книге, написанной изобретателем широкоизвестного физиотерапевтического аппарата «Витафон» в соавторстве с высококвалифицированными врачами, популярно изложены механизмы возникновения заболеваний и нарушений в организме. В ней читатель сможет ознакомиться с возможностями аппарата и понять принципы его лечебного действия. Книга содержит развернутые схемы применения «Витафона» при более чем 30 заболеваниях.

Прочитать эту книгу будет интересно и полезно не только пользователям аппарата, но и медицинским работникам.

ББК 53.55

Настоящее издание охраняется законом об авторском праве. Коммерческое использование издания или любой его части, включая оформление, преследуется в судебном порядке.

ISBN 5-93898-001-1

© В. А. Федоров, 2000.
© ООО «Вита Нова», 2000.

В работе над книгой принимали участие специалисты:

Анатолий Иванович Куртов, врач-уролог, кандидат медицинских наук, доцент (Военно-медицинская академия, Санкт-Петербург)

Владимир Евгеньевич Богославский, врач-кардиолог, кандидат медицинских наук, доцент (Военно-медицинская академия, Санкт-Петербург)

Алексей Георгиевич Баиндурашвили, врач-ортопед, доктор медицинских наук, профессор, член международной ассоциации SICOT (Санкт-Петербургская академия последипломного образования)

Павел Альбертович Новосельский, врач-кардиолог, заведующий отделом кардиореанимации (Владимирская областная больница)

Александр Эдуардович Васильев, врач-нейрохирург (Владимирская областная больница)

Алексей Юрьевич Кавеленов, врач-инфекционист, кандидат медицинских наук, доцент (Военно-медицинская академия, Санкт-Петербург)

Рустам Эдуардович Халилов, врач-отоларинголог (Военно-медицинская академия, Санкт-Петербург)

Юрий Анатольевич Куртов, врач-отоларинголог (Выборгский гарнизонный госпиталь)

Нонна Юрьевна Гилинская, врач-физиотерапевт, профессор Международной Академии наук (Московский областной научно-исследовательский клинический институт)

*Выражаю благодарность врачу-физиотерапевту,
доктору медицинских наук, профессору,
академику Международной академии информатизации
Олегу Ивановичу Ефанову за консультации,
а также Лилии Станиславовне Гурьяновой
и Владимиру Евгеньевичу Соколинскому
за помощь при написании книги.*

ПРЕДИСЛОВИЕ

Все быстрее бегут годы, все меньше у нас остается иллюзий, но где-то в тайных и сокрытых уголках подсознания мы не устаем надеяться: наша жизнь станет легче, теплее... Забудутся обиды, пройдут болезни, будет снова достаточно сил и здоровья жить, идти дальше, работать больше. Жизнь изменится к лучшему очень скоро, быть может, даже сегодня...

И жизнь меняется. Но, увы, чаще всего не так, как нам хотелось бы. Цивилизованный мир с каждым годом становится все сложнее, стремительнее, жестче.

На Западе в последнее время стало принято доверять практически все аспекты своего бытия специалистам: адвокатам, врачам, финансистам, различным агентам. Мы же впали в иную крайность — решили все делать сами. Сами будем проводить свой собственный маркетинг в мире бизнеса. Сами создадим потом свой бизнес (пусть — небольшой), сами защитим себя от подводных камней и течений в жизни. И, конечно же, сами будем лечиться! От всех болезней. В кратчайшие сроки. А что нам еще остается делать, если надеяться сегодня в нашей стране мы можем лишь на себя самих?..

Кризис официальной медицины сегодня настолько очевиден, что верить в нее может лишь неискушенное дитя. С другой же стороны, на людей, интересующихся проблемами здоровья, в последнее время обрушился настоящий шквал информации — видеофильмы, книги, брошюры, публикации по всем отраслям и направлениям восточной, западной и национальной медицины, курсы, лекции, семинары по эзотерике, магии и целительству и тому подобное.

Шквал этих сведений так противоречив, что человек нормальный просто неспособен не только воспользоваться полученными знаниями, но даже просто разобраться, классифицировать их. И тогда он начинает пробовать на себе все подряд — от заговоров какой-нибудь тунгусской цели-

тельницы до сложнейших восточных медитативных практик: авось, что-нибудь поможет, вылечит, вернет утраченные силы!.. Ох уж это наше извечное русское «авось»!..

Осуждать таких экспериментаторов сложно: ведь чаще всего люди не знают, куда и к кому обратиться за советом. Даже если кто и решится написать письмо автору приглянувшейся методики, спросить у него совета, подумайте сами: скольким людям может лично ответить даже самый добросовестный автор?

В тибетской медицине основными причинами всех болезней человека считались омраченность и невежество. Причем под невежеством подразумевалась именно неосведомленность больного в вопросах болезни и возможности ее излечения. Болезнь можно одолеть только в союзе больной—врач, утверждали древние медики. И весьма прискорбно, когда такой союз по каким-либо причинам невозможен.

Эта книга, написанная ученым-физиком, изобретателем виброакустического аппарата «Витафон» в соавторстве с высококвалифицированными врачами, как раз и призвана установить такой союз больной—врач. И мы уверены, что именно она, эта книга, даст возможность тысячам людей, задающих в своих письмах вопросы о возможностях использования «Витафона», получить на эти вопросы искренние и исчерпывающие ответы.

ИЗОБРЕТАТЕЛЬ О СЕБЕ

Мне кажется, прежде всего нам с вами стоит познакомиться. Многие из вас наверняка что-то читали или слышали о виброакустическом аппарате, который называется «Витафон». А у кого-то из читателей он, возможно, давно «живет» в доме и стал хорошим помощником в трудные минуты.

Только «Витафон» — это все-таки аппарат, механизм (хоть и полезный). А человеку почему-то всегда хочется за любым механизмом увидеть своего брата — человека. Увидеть, заглянуть ему в глаза и понять: кто он? почему придумал то, что предлагает людям? чем занимается сейчас?

И это — справедливо. Так что давайте знакомиться. Я родился в 1958 году, в марте, и тем, кто интересуется астрологией, с удовольствием сообщаю: я — Рыба! Причем Рыба со всеми вытекающими из этого последствиями.

Родился я в Латвии, там и прожил свои первые шестнадцать лет. А потом приехал в Ленинград и стал учиться на электрофизическом факультете ЛЭТИ. До четвертого курса я был самым обыкновенным студентом, как все. Не отличался сверхспособностями, не выдвигал идеи, и не посещали меня озарения. Увы. И не случилось бы в моей жизни ничего особенного, не появился однажды в нашем институте ректор университета научно-технического творчества Волислав Владимирович Митрофанов. Именно он рассказал нам о том, что существует на свете такой университет научно-технического творчества, где каждый из нас, если пожелает, сможет познать Теорию Решения Изобретательских Задач — ТРИЗ.

Время свободное у меня тогда было, и я решил попробовать свои силы в изучении этой тогда еще экзотической для меня науки. За два года мы должны были пройти программу и пятого-шестого курсов электрофизического факультета ЛЭТИ, и два курса университета научно-технического творчества — параллельно.

Это было непросто, зато весьма интересно. Именно за эти два года, мне кажется, произошли самые серьезные изменения в моем мышлении и мировоззрении.

Дело в том, что ТРИЗ — не просто теория, это целая наука! Наука довольно серьезная. Она базируется на совершенно новом, нестандартном (по сравнению с классическим) подходе к решению изобретательских задач. Во всяком случае, так было в те годы. И, постигая ТРИЗ, я стал постепенно приходить к пониманию одной очень важной, на мой взгляд, вещи: все решения каких-либо задач обусловлены определенной закономерностью. Подобные закономерности можно найти в любой области знаний, в любой научной отрасли. И если физику я должен был знать (и знал!) как предмет, закончив электрофизический факультет, то навыкам творческого мышления, умению нестандартно подходить к решению поставленных задач меня научил Университет научно-технического творчества. Два этих начала удачно соединились и дали мне возможность совершить определенный прорыв. Уже через полгода после поступления в Университет я почувствовал, что и в институте могу учиться совсем иначе, чем прежде. Раньше, если я чего-то по физике недоучил, это был для меня тупик, дальше я самостоятельно двигаться не мог. Теперь же я в таких случаях не останавливался, а самостоятельно додумывал, довычислял то, чего я в настоящий момент не знал. Сам того не заметив, я из средних студентов перекочевал в отличники.

Институт закончил с дипломом инженера-исследователя и параллельно получил диплом Университета научно-технического творчества.

По распределению вернулся в Ригу и на заводе «Альфа» (тогда военном) проработал два года инженером по оборудованию. Не слишком мне это нравилось, было просто скучно. Кому охота работать там, где не нужны твои знания, умение, твои способности?.. С некоторым трудом мне удалось перевестись в научно-исследовательский институт. В этом НИИ освоил новую специальность со сложным названием «микросхемотехник». Специальность эта была мне весьма симпатична и давала возможность разрабатывать достаточно сложные вещи. А поскольку мне это было уже интересно, скоро я стал заместителем главного

конструктора по схемотехнике. И приготовился долго и плодотворно работать в своем НИИ, но...

Именно там закончилась моя официальная трудовая биография, вернее, ее государственный вариант. НИИ наш был военным и с торжеством перестройки очень быстро начал сворачивать свою работу.

Надо было что-то делать. Что именно, я тогда еще не знал. Но судьба уже преподнесла первый подарок — создала условия, в которых я должен был призадуматься: что мне предпринять дальше?

* * *

Мысль о создании «Витафона», однако, ни в коей мере не была связана с перестройкой или же с тем, что работы в моем НИИ почти не осталось.

Создание аппарата, способного лечить определенные болезни, было вызвано элементарной жизненной необходимостью: один очень близкий мне человек пострадал в автомобильной аварии. Его сбила машина, идущая на большой скорости. Все обошлось относительно благополучно: трещина в костях таза и огромное количество ушибов. Через год практически все травмы, полученные в аварии, прошли. Но одна большая гематома на ноге, образовавшаяся в месте прямого удара бампера, никак не хотела рассасываться. Ни массаж, ни известные тогда методы физиотерапии не помогали. Врачи единодушно рекомендовали операцию, поскольку боялись осложнений. А вырезать-то и не хотелось...

И учитывая, что я все-таки физик-изобретатель, я решил провести личный научный поиск решения этой проблемы.

Как я решаю задачи? Вначале ставлю перед собой конечную цель — чего я хочу добиться, что получить. Я обязательно должен представлять себе идеальный конечный результат (ИКР), причем не в конкретном, а в обобщенном виде. Идеальный результат, как правило, недостижим, но он нужен как ориентир, поскольку заранее неизвестно, насколько можно к нему приблизиться. Затем я формулирую необходимые и достаточные условия для осуществления ИКР — тоже в общем виде, поскольку лишь так можно обнаружить закономерность и перенести ее из одной области знаний в другую и лишь в обобщенном виде необ-

ходимые и достаточные условия однозначны. При необходимости обращаюсь к справочникам, учебникам, патентному поиску, к каталогу физических эффектов. Затем каждое из необходимых и достаточных условий рассматриваю как новую частную задачу. И так до тех пор, пока процесс решения не перейдет от обобщенного уровня к конкретному. На этом этапе требуются практические знания о свойствах различных систем, конструкций. Недостаток этих знаний компенсирую изучением соответствующей литературы, но больше полагаюсь на общение с опытными специалистами в данной конкретной области. В процессе решения вследствие недостаточности некоторых знаний иногда возникают противоречия. Тогда я прибегаю к приемам и способам их устранения из арсенала ТРИЗ.

Таким образом я стал проводить свой личный научный поиск. Необходимым условием рассасывания гематомы было одно — восстановление нарушенного капиллярного кровотока (об этом мне сказали врачи). Нужен был метод более эффективный, чем массаж, прогревания и спазмолитические препараты.

Однажды в каком-то старом номере журнала «Наука и жизнь» я наткнулся на одну любопытную статью. В ней рассказывалось об институте, в котором проводились работы по звукотерапии, давшие обнадеживающие результаты. Принцип был прост: за спиной больного ставили огромный громкоговоритель и включали его на полную мощность на определенной частоте. Микровибрации от этого динамика, воспринимаемые телом больного, согласно научным исследованиям, улучшали кровоснабжение и усиливали функцию почек. Это было похоже на то, что требовалось, и я стал подробнее изучать механизм влияния микровибрации звуковых частот на движение вязкой жидкости в трубках малого диаметра. Выяснилось, что эффект зависит от соотношения частоты и диаметра проводника жидкости. Кровь в человеческом организме движется от большого диаметра к малому, и размеры кровеносных сосудов меняются от единиц миллиметров до единиц микрон. В идеале требовалось воздействовать на сосуды всеми частотами сразу, ни одну не пропустить и для каждой выделить некоторую мощность. В сумме получалось что-то невообразимое. Противоречие это я разрешил во времени: непрерывное измене-

ние частоты в широком диапазоне со скоростью, примерно равной скорости кровотока в капиллярах, решило все проблемы. Исчез и негативный эффект от применения аппаратов с фиксированными частотами — уменьшение кровотока после 15 минут процедуры.

Теперь надо было сообразить, из чего аппарат сделать, ведь обойтись предстояло подручными средствами. Но ведь не зря говорят: «Голь на выдумки хитра». Решение появилось, когда ремонтировал старый телефонный аппарат. В телефонной трубке я обнаружил преобразователь с металлической мембраной, который более-менее подходил по свойствам. И вот эта деталь после некоторой доработки и стала основой первой модели «Витафона». Друзья потом надо мной долго подтрунивали: лечит людей телефоном...

Смех смехом, а гематома рассосалась за месяц.

* * *

Долгое время мой аппарат лежал без дела. Лишь иногда родственники или друзья брали его напрокат, чтобы полечить рану или ушиб, вывих или перелом. При травмах он действовал безупречно, и вскоре появилась потребность сделать еще несколько штук. Толчком к этому послужил один случай. Мой знакомый купил своим детям скейтборд и решил показать, как им пользоваться. Результат — двойной открытый перелом руки, рваная рана. В больнице сказали, что лечение займет не меньше двух месяцев. А уже через месяц знакомому обязательно надо было выйти на работу — иначе уволят (конкуренция на рынке труда уже всюду давала о себе знать). Из-за раны и отека врачи сложили кости приблизительно, наложили лонгет и велели явиться через три дня, когда спадет отек, чтобы поправить кости. В отчаянии испытатель скейтборда взял у меня макет «Витафона» и фонировал место перелома по 3-4 часа в день. Визит в больницу состоялся на четвертый день. Неправильно расположенные части кости составили и наложили гипсовую повязку. Не теряя надежды, мой приятель продолжал интенсивную витафонотерапию, и она дала результат. Вскоре незадачливый скейтбордист на оставшиеся несколько дней отпуска уехал с семейством из города. При этом он сам (!) вел машину. Лечение заняло меньше месяца.

Итак, решение о необходимости массового производства «Витафона» было принято. Но меня беспокоило, что больные начнут применять аппарат не только по назначению, а будут пробовать лечить с его помощью все — это я точно знал по опыту своих родственников и друзей. Поэтому, прежде чем предъявить аппарат медицинским учреждениям, я решил проверить его влияние на все без исключения органы на себе, причем сознательно увеличил максимальную мощность вдвое. Теоретически нанести вред аппарат не мог, но все-таки надо было в этом убедиться.

Испытания прошли благополучно, за исключением трех моментов. Обычно я начинал сеанс с малых мощностей и постепенно увеличивал их. Так было и когда я приступил к воздействию на печень. После первых процедур я почувствовал улучшение самочувствия — начали уменьшаться холециститные проявления. Я обрадовался и решил поскорее избавиться от этого уже несколько лет беспокоящего меня заболевания. Пропустив промежуточные мощности, сразу перешел на максимальную. После однократного воздействия на область печени со стороны грудной клетки в течение 30 минут с амплитудой микровибрации 20 микрон уже через шесть часов появились все признаки токсико-за — тошнота, отсутствие аппетита. Через две недели все пришло в норму, и одновременно прошли признаки холецистита. Я мог теперь, не опасаясь осложнений, без чувства тошноты употреблять жиры в разумных количествах. Однако каковы будут отдаленные последствия такого воздействия, я не знал и поэтому наложил запрет на прямую установку «Витафона» на область печени. Это предостережение до сих пор печатается в рекомендациях по применению аппарата. Лишь спустя три года, когда стало очевидным, что никаких осложнений не возникает, были проведены исследования в Военно-медицинской академии в Санкт-Петербурге, которая разработала методики лечения холецистита и гепатита. К тому времени уже было известно, что чрезмерная интенсификация кровообращения в печени даже у здорового человека временно нарушает соотношение биохимических процессов. Все должно быть в меру. Для снятия спастических явлений достаточно воздействовать на область желчного пузыря всего несколько минут при минимальной мощности микровибрации.

Продолжая эксперимент, я решил попробовать установить виброфоны непосредственно на область сердца. При малой мощности микровибрации и небольшой длительности процедур никаких ощущений не испытывал, но уже после пятнадцатиминутного воздействия со стороны груди при амплитуде микровибраций 15 микрон (в серийном аппарате максимальная амплитуда 12 микрон) к утру следующего дня возникла аритмия: пропуск одного сокращения и затем мощный сердечный выброс — очень неприятное ощущение. К вечеру все прошло, и потом осложнений не появилось, но область сердца попала в запрещенную.

Воздействие на голову я начал совсем с малых доз. Фонирование в первом режиме в течение 3 минут на область затылка или темени субъективно давало повышение жизненного тонуса и увеличение умственной работоспособности. Но уже при длительности процедур 15 минут в режиме 1 или 6-8 минут в режиме 2 появлялись неприятные ощущения тяжести в голове, что свидетельствовало об избыточном кровенаполнении. Подобное явление не возникало при воздействии на область гайморовых пазух и ушные раковины.

Таким образом, исследовав на себе влияние повышенных доз микровибрации на все без исключения органы, ничего опасного я не обнаружил. Теперь я мог со спокойной душой предлагать аппарат медицинской науке для изучения и выдачи заключения. Я доложил специалистам свои изыскания, и они были учтены при проведении испытаний. Аппарат был рекомендован к применению Комитетом по новой медицинской технике при заболеваниях, для лечения которых необходимо увеличить кровоснабжение.

Меня часто спрашивают, пользуюсь ли я сам «Витафоном». Обычно я отвечаю: «Безусловно, да», но такой ответ ни о чем не говорит. О своих болячках писать не хочется, но авторская этика обязывает меня это сделать. Еще в школьные годы, благодаря, вероятно, любви к подледному рыбному лову, я заработал хронический тонзиллит, который не был обнаружен и дал осложнение на сердце — ревматический миокардит. Двести семьдесят уколов пенициллина, которые я получил в течение полутора месяцев в больнице, здоровья мне не прибавили, скорее, наоборот. Когда хронический тонзиллит перерос в гнойный, его наконец-то обнаружили и удалили миндалины.

Ревматические явления поутихли, самочувствие несколько улучшилось.

По распределению после института я работал инженером по оборудованию на фотолитографии и по незнанию имел частые контакты с сильными ядами — диметилформамидом и диоксаном. О вредности этих растворителей я узнал после того, как умер один из операторов фотолитографии. Я отделался хроническим холециститом (по крайней мере, других заболеваний не обнаружили). Холецистит перестал меня беспокоить уже на этапе экспериментов на себе и не проявляется до сих пор.

О следующей болячке я узнал от уролога Военно-медицинской академии Александра Георгиевича Глухарева. Это он после короткого ознакомления с аппаратом предложил использовать «Витафон» для лечения простатита и других урологических болезней. В ходе разработки методики Александр Георгиевич подробно рассказал о простатите и его причинах и о том, что болезнь сильно помолодела. Тут же предложил мне провериться. В результате у меня обнаружили хронический вялотекущий простатит, который я, вероятно, заработал там же — на зимних рыбалках. Полгода эпизодического лечения «Витафоном» дали свои результаты. Детальное обследование показало, что никаких признаков простатита у меня сейчас нет.

Я пользуюсь «Витафоном» каждый день, иногда даже два раза в день — утром, сразу после пробуждения, и вечером перед сном. Преимущественно лечу позвоночник — уделяю ему ежедневно хотя бы по несколько минут. Регулярно провожу процедуры на области почек. По субъективным ощущениям у меня повысился жизненный тонус, перестала беспокоить поясница, редкостью стали простудные заболевания, которые еще пять лет назад настигали меня каждые два месяца. Каков будет окончательный результат — жизнь покажет.

Часть 1

«ВИТАФОН» — ЭТО СЕРЬЕЗНО

ЗНАКОМСТВО С «ВИТАФОНОМ»

Внешне виброакустический аппарат «Витафон» выглядит очень скромно, но тем не менее это очень эффективный, серьезный медицинский прибор. Специально разработанные для него микросхемы позволили сделать аппарат небольшим и надежным в применении.

К электронному блоку (рис. 1) присоединены два спаренных преобразователя, получившие название «виброфоны». На лицевой панели блока размещены переключатели режимов работы. На этикетке указано положение переключателей для каждого режима работы. Чтобы установить требуемый режим, переключатели переводят в нужное положение.

Аппарат контактным способом возбуждает в тканях микровибрацию непрерывно меняющейся звуковой частоты. Колебания мембран виброфонов хорошо передаются через тонкую салфетку из бумаги или ткани. Изменение частоты в заданных пределах и переход с одного диапазона на другой происходят автоматически по программе. Один переключатель управляет амплитудой микровибрации, другой — включает импульсную модуляцию частоты. Переключать режимы можно, не отключая аппарат от сети.

Процедура, осуществляемая аппаратом «Витафон», называется **фонированием**.

Технические данные

Напряжение питания, В	220
Частота питающей сети, Гц	50
Потребляемая мощность, Вт	не более 8
Масса аппарата, нетто, кг	0,5
Габаритные размеры, мм	не более 130 × 100 × 70

Параметры назначения

Количество частотных диапазонов	2
Нижняя частота диапазона 1, Гц	30—60

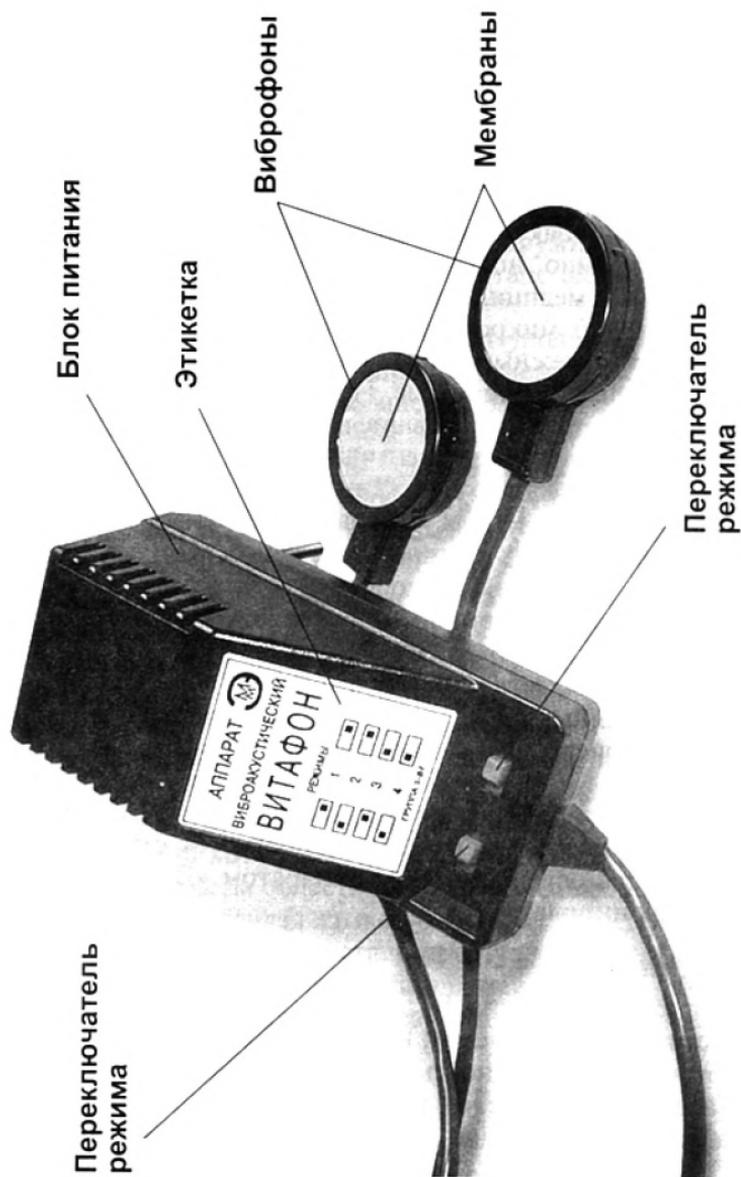


Рис. 1. Виброакустический аппарат «Витафон»

Верхняя частота диапазона 1, кГц	1—3
Нижняя частота диапазона 2, кГц	0,3—0,8
Верхняя частота диапазона 2, кГц	9—18
Период изменения частоты, с	80—160
Амплитуда микровибрации на самой низкой частоте, мкм:	
в режимах 1 и 3	2,8—5,4
в режимах 2 и 4	6—12,3
Период импульсной модуляции, с	0,5—1,2

Виброакустический аппарат «Витафон» часто путают с вибромассажерами. Хотя в названии этих приборов есть общая приставка «вибро», тем не менее они принципиально различны. У «Витафона» амплитуда вибрации в 50-100 раз меньше, чем у вибромассажеров, и потому называется микровибрацией. У вибромассажера частота вибрации не меняется или меняется в очень небольших пределах, в то время как лечебный эффект «Витафона» обеспечивается именно благодаря непрерывному изменению частоты в широком звуковом диапазоне.

Не следует путать «Витафон» и с аппаратами магнито-, лазеро- и светотерапии. Физиологический механизм лечебного действия у них иной и, соответственно, методики применения тоже другие.

ТРИ КИТА «ВИТАФОНА»

Мы обычно страшимся возможных болезней. Однако понимание происходящих в организме процессов, умение управлять ими вселяет в душу уверенность. В этой главе мы расскажем, каким образом с помощью «Витафона» можно воздействовать на три определяющих фактора здоровья: на кровоснабжение, на саму кровь и на управление внутренними процессами. Мы постараемся убедить вас в том, что виброакустический метод — при умелом его применении — является эффективнейшим терапевтическим средством.

Для лечения любого заболевания необходимы как минимум хорошее кровоснабжение, качественная кровь и хорошее управление работой организма. Более того, часто наличие этих трех составляющих оказывается достаточным для полного выздоровления, тогда как отсутствие хотя бы одного из них, то есть нарушение определенной гармонии, делает излечение от недуга либо очень длительным, либо вовсе невозможным. От качества крови, кровоснабжения и управления процессами зависят способности организма к адаптации. Если у человека вынужденно удаляют, например, одну почку, то другая, увеличив свой объем, полностью возьмет на себя функцию первой. Этого не случится, если не будет хватать хотя бы одного из вышеперечисленных трех условий.

Первое замечательное свойство «Витафона» — способность увеличивать сквозной кровоток и лимфоток. Это позволяет снять отек и увеличить скорость регенеративного процесса. Все без исключения органы, части и элементы организма, включая сосуды, нервы, костную ткань, без кровоснабжения отмирают, а при плохом кровоснабжении хуже функционируют — мышцы теряют силу, почки снижают свои функции, нервные волокна замедляют передачу сигналов управления, а то и вовсе перестают их проводить.

Как уже говорилось, кровоток в капиллярах можно увеличить, снизив сосудистое сопротивление движению крови

воздействием микровибрации определенной звуковой частоты, причем для каждого диаметра сосуда существует своя оптимальная частота. Идея конструкции «Витафона» родилась благодаря пониманию именно этого физического эффекта. На снижение сосудистого сопротивления ориентирован второй частотный диапазон аппарата.

По расчетам снижение сосудистого сопротивления должно давать больший эффект в артериальной сети, чем в венозной, и кровь должна скапливаться в зоне воздействия. В то же время на практике этого не происходит, и даже наоборот — отек уменьшается. Объяснение этому эффекту нашел задолго до появления «Витафона» профессор А. И. Аринчин. Исследуя механизмы периферического кровообращения, он обнаружил, что мышечные волокна дрожат со звуковой частотой. «Мышца „поет“ на звуковой частоте», — пишет он в своей книге «Периферические „сердца“ человека». От такого дрожания в венах образуется разрежение — своеобразный гидродинамический насос, что и обеспечивает ускоренный отток крови. А. И. Аринчин экспериментально измерил это разрежение и пришел к выводу, что без такого механизма кровообращения сердце должно было бы быть в несколько раз мощнее. Нетрудно понять, насколько важна собственная микровибрация мышечных волокон. Несмотря на ее значимость, эффект объясняется очень просто: в венах имеются клапаны, пропускающие кровь в одном направлении, благодаря этому под воздействием микровибрации происходит не хаотическое, а направленное в нужную сторону колебательное движение крови. На использование этого эффекта, называемого «гидродинамическим насосом», ориентирован первый частотный диапазон «Витафона».

Теперь внимание: мы подошли к очень важному моменту. Во-первых, «Витафон» использует те же биофизические механизмы, что и сам организм. А во-вторых, если в каком-нибудь месте на какое-то время нарушится кровоснабжение, то ослабится и микровибрация мышц сосудов, что в свою очередь еще более ухудшит кровоснабжение. Замыкается круговая цепь, разорвать которую сам организм не может — происходит своеобразное закрытие капилляров и образуется зона с резко пониженным кровоснабжением, или зона ишемии. Она может существовать очень

долго и сохраняться даже после устранения первопричин, вызвавших уменьшение кровотока. Такое происходит, например, когда сдавливаются нервные волокна в месте выхода из позвоночника. После устранения причин сдавливания, например отека, кровоснабжение нервного волокна не восстанавливается. «Витафон» в таких случаях играет роль запускающего механизма — своеобразного фибриллятора капилляров. Если воздействовать им на область ишемии или сильного трофического поражения, при котором теряется даже чувствительность нервов, то уже через 15 минут больной начинает чувствовать покалывание и даже ощущать микровибрацию от виброфона (так называют преобразователь «Витафона»). Чувствительность сохраняется еще несколько часов после процедуры, а при устранении причин, вызвавших ишемию, восстанавливается полностью.

Качественная кровь — понятие очень емкое. Оно определяется наличием в крови оптимального количества питательных веществ (углеводы, жиры, белки) в нужной форме (например, гликоген, а не сахароза), ферментов, регуляторов и иммунных тел, а также отсутствием в ней шлаков и вредных веществ. Организм стабилизирует — поддерживает постоянной — концентрацию в крови натрия, калия, сахара, холестерина и еще очень многих веществ. От эффективности этой стабилизации зависят жизненный тонус, здоровье, а иногда и жизнь человека. Так, снижение концентрации калия в крови всего на несколько процентов от нормы нарушает работу калий-натриевого насоса и наступает смерть. Поддержание параметров крови оптимальными обеспечивается слаженной работой многих органов. Взаимодействие органов регулируется нервной системой в режиме обратной связи. Стоит нам съесть, например, сладкую булочку, как тут же повысится уровень сахара в крови, сработает обратная связь, выделится инсулин и избыток сахара будет переведен из крови на «склад» (депо). Концентрация сахара вернется в норму. Аналогичный процесс происходит с холестерином и многими другими веществами. Появившиеся в крови ненужные вещества обезвреживаются в печени и выводятся через почки. Для того чтобы процесс стабилизации параметров был эффективным, необходим резерв производительности каждого органа.

Одним из факторов, определяющих производительность органа, является количество протекающей через него кро-

ви. Именно поэтому под воздействием «Витафона» эта производительность увеличивается. Наибольший эффект «Витафон» оказывает на почки, что очень важно для вывода шлаков. Так, например, клубочковая фильтрация почек после сеанса «Витафона» может увеличиваться в два-три раза (!). В определенной степени микровибрация влияет на производительность костного мозга, являющегося поставщиком основных компонентов крови. Для того чтобы в кровь поступили ферменты — регуляторы из желез внутренней секреции, — эти органы должны омываться кровью в достаточном количестве.

Для каждого органа оптимальный состав крови разный, поэтому организм работает по очереди на разные органы — это хорошо известные суточные ритмы. Итак, для того чтобы кровь была качественной, необходима слаженная работа всех органов и у каждого органа должна быть достаточная функция. Второе важное свойство «Витафона» — его способность повышать производительность органа и таким образом опосредованно влиять на качество крови.

Кровь — не единственная жидкость, циркулирующая в организме. Почти все органы связаны между собой различными протоками, канальцами, трубками. Свободное, незатрудненное движение жидкости по ним — тоже обязательное условие здоровья. Все протоки, канальцы, трубки — не просто механические проводники жидкости, а самые настоящие «транспортные органы», обеспечивающие бесперебойный ток жидкости. У каждого такого транспортного органа своя частота колебаний, свои специфические движения. За счет микровибрации сосудов и капилляров осуществляется беспрепятственное продвижение крови и лимфы, за счет специфических движений желчных протоков и мочеточников — прохождение желчи и мочи. Семязвержение, выделение мочи наружу, движение яйцеклеток, поступление секрета из различных желез тоже происходит по канальцам, которые совершают сложные кинематические движения. Все протоки, канальцы, трубки имеют мышечные волокна, которые управляются нервной системой. Для нормального функционирования им необходимы кровоснабжение и управляющие импульсы от нервной системы. Нарушение кровоснабжения или управления приводит к тому, что динамические движения протоков ослабевают. В ре-

зультате образуются застойные явления, в протоке растет давление, которое, однако, не может компенсировать недостаточность движений. Если это продолжается долго, то в итоге развиваются запор, цистит, простатит, пиелонефрит, холецистит и другие заболевания в зависимости от того, какой именно проток утратил способность к движению. Если же протоки активно «работают» мышцами, воспалительный процесс не развивается, потому что не образуется застойных явлений, не увеличивается давление и, самое главное, вместе с кровью поступает достаточное количество антител и других веществ, обеспечивающих иммунитет организма.

С помощью «Витафона» можно увеличить местный кровоток и создать одно из условий нормального функционирования протока. Но если в той или иной области уже развился воспалительный процесс, то приток крови его не снимет. Поэтому при наличии воспаления наряду с «Витафоном» обязательно применение противовоспалительных средств.

Второе условие нормального функционирования протока — наличие управляющих импульсов от нервной системы. Итак, мы подошли к пониманию важности третьей составляющей здоровья — управления со стороны нервной системы. Слаженная работа органов возможна только при хорошем кровоснабжении головного и спинного мозга. Нервная система осуществляет запуск и торможение синтеза биологических регуляторов, регуляцию кровоснабжения органов, управление кинематическими движениями протоков и многое другое. Но нервы питаются кровью, и если это питание нарушено, то управление тоже нарушается. Чаще всего сбои происходят в позвоночнике. Это самое нагруженное место в организме. Через позвоночник проходят практически все нервные связи от органов в мозг и обратно. Если нервные волокна в позвоночнике сдавливаются (о причинах сдавливания см. раздел «Роль позвоночника в возникновении заболеваний»), нарушается их кровоснабжение, а значит, и проводимость. Естественно, что при этом какой-то орган становится неуправляем и как следствие развивается какое-нибудь заболевание почек, печени, сердца — в зависимости от того, какой именно нерв оказался без питания. Благодаря двум физическим эффектам, описанным выше, «Витафон» обладает **третьим очень важным свойством** —

уже после нескольких процедур он способен обеспечить достаточное кровоснабжение сдавленных нервных волокон и тем самым восстановить управление внутренними процессами. «Витафон» может улучшить кровоснабжение и самого головного мозга, если оно было нарушено из-за проблем в шейном отделе позвоночника. Это было убедительно доказано с помощью объективных методов контроля специалистами кафедры физиотерапии Московского областного научно-исследовательского клинического института.

Таким образом, «Витафон» (непосредственно или опосредованно) может оказывать серьезное влияние на все три составляющие здоровья — улучшать качество крови, улучшать кровоснабжение и восстанавливать управление внутренними процессами и работой органов.

Различные жизненные факторы могут оказывать как положительное, так и отрицательное влияние на результаты лечения «Витафоном». В связи с этим мы сочли необходимым дать рекомендации по наиболее важным вопросам нашего бытия: занятиям физкультурой, по питанию, психологическому состоянию. Часто витафонотерапия применяется в сочетании с другими методами лечения, поэтому этот аспект также нашел отражение в книге.

ВРЕД И ПОЛЬЗА ФИЗКУЛЬТУРЫ

Распространено мнение о несомненной пользе физкультуры. На этом вопросе стоит остановиться подробнее, поскольку некоторые физические упражнения могут свести на нет усилия любого лечения. Физкультура дает организму четыре положительных результата:

1. Увеличение общего объема кровотока.
2. Тренировка мышц и суставов.
3. Воздействие на нервные центры, расположенные в мышечной ткани.
4. Увеличение средней концентрации кислорода в крови.

Первые два аспекта, вследствие их неоднозначности, достойны более подробного рассмотрения. Общий объем кровотока считается легко: объем сердечного выброса (количество крови, которое выбрасывает в кровеносную систему сердце за одно сокращение) надо умножить на количество сокращений сердца в минуту, и мы получим минутный объем кровотока. Если сердце будет сокращаться не 70, а 140 раз в минуту, то объем кровотока увеличится в два раза. Основная часть кровотока придется на работающий орган — мышцы. Если удвоенную частоту сердечных сокращений удастся удерживать в течение одного часа, то среднесуточный прирост кровотока в мышцах увеличится на 4%. В других же органах кровотоки усилятся не более чем на 2% или даже уменьшатся. Это происходит вследствие перераспределения кровотока от неработающего органа к работающему, которое осуществляется путем сосудистой саморегуляции — сжатия сосудов в одном месте и расширения в другом. Сосудистая саморегуляция — более мощный фактор регулировки кровообращения, чем частота сердечных сокращений. Неразумная физкультура может даже уменьшить кровоток больного органа. Гораздо важнее восстановить сосудистую саморегуляцию, для чего нужно ликвидировать зоны ишемии и восстановить (если оно нарушено) управление работой органов. Объем кровотока в

отдельном органе за счет сосудистой саморегуляции может изменяться в несколько раз, что значительно больше, чем при изменении частоты сердечных сокращений.

Тренировка мышц и суставов с точки зрения здоровья важна лишь для шеи и спины, чтобы более точно балансировать позвоночник и не допускать травмирования нервных волокон при неосторожных движениях. Упражнения для позвоночника и мышц спины — это тема отдельного исследования. Несколько позже мы коснемся ее.

Неработающий орган атрофируется, поэтому суставам рук и ног необходимо движение, чтобы они не застаивались. Однако не стоит без необходимости увеличивать объем движений, потому что на поддержание подвижности требуется энергия и дополнительные мощности регенерации. А именно ограниченные возможности регенерации часто являются причиной развития болезни сустава после незначительного его повреждения. Если по каким-либо причинам, например из-за длительного сидения в неловкой позе, движение сустава стало затруднено, не надо спешить его разрабатывать. Вначале нужно восстановить кровоток, подождать немного и затем очень осторожно, без усилий, разрабатывать сустав. В противном случае могут повредиться ткани и начнется воспалительный процесс. Хорошо, если под рукой окажется «Витафон». Пятиминутная процедура избавит вас от осложнений и быстро вернет сустав в норму. Если «Витафона» у вас нет, то нужно растирать сустав руками так, чтобы получался шелестящий звук.

Особое внимание следует уделить еще одному положительному результату физкультуры. Хорошо известно, что в ответ на увеличение углекислоты в крови при физической нагрузке организм расширяет сосуды и пропорционально увеличивает концентрацию кислорода в крови. Однако кратковременная физическая нагрузка не вызывает этого эффекта, поскольку в этом случае используются резервы кислорода в тканях. Лишь через 35-40 минут физической активности, при которой сохраняется повышенное содержание углекислоты в крови, организм переходит на поддержание повышенного содержания кислорода в крови (для сохранения углекислородной константы). Это так называемое второе дыхание. Именно поэтому разминка перед соревнованиями и тренировкой длится 35-40 минут. Именно

поэтому рекомендуемое минимальное время физической активности для профилактики и лечения сердечно-сосудистых заболеваний составляет тоже 35-40 минут. Примечательно то, что в течение этих 40 минут физическая активность может быть периодической и составлять всего 10-15 минут чистого времени. Главное — во время пауз и отдыха не увлекаться глубоким дыханием и не «выветривать» углекислый газ из крови. Организм и в этом случае переключится на поддержание повышенного содержания кислорода, которое будет продолжаться несколько часов.

На этой особенности механизма поддержания концентрации кислорода в крови построено множество дыхательных методик, целью которых является накопление углекислого газа в крови без физической активности. Как правило, это принудительное уменьшение глубины и частоты дыхания. Естественный способ накопления углекислоты в крови происходит в горах, где воздух разрежен (не по этой ли причине в горах долгожителей больше). Таким образом, длительное пребывание на свежем воздухе, и особенно в лесу, где концентрация кислорода повышена, должно сопровождаться периодической и достаточной физической активностью во избежание обратного эффекта — снижения содержания углекислоты в крови и соответственного уменьшения концентрации кислорода и сужения сосудов.

Подводя итоги, сформулируем требования к лечебной физкультуре:

1. Умеренная интенсивность. Критерий — частота пульса 100—120 ударов в минуту и небольшое учащение дыхания.

2. Непрерывная активность не более 5 минут. Отдых — не менее 5 минут.

3. Физическая нагрузка пропорциональна умственной и чередуется с ней в течение суток.

4. Основные упражнения направлены на укрепление мышц спины и шеи. Движения плавные, близкие к статическим. Нельзя делать вращательные (скручивание) движения туловища и головы до упора, поскольку при таких движениях сужаются межпозвонковые отверстия, через которые выходят нервные волокна, и возможно их травмирование.

5. Бег имеет преимущество при лечении сердечных и некоторых других заболеваний. Учитывая особенности регулирования содержания кислорода в крови, полезнее все-

го бег-«халявчик». Если все 40 минут бежать, то расход энергии и нагрузка на сердце будут очень большими. Если же разбить эти 40 минут на 4 интервала по 10 минут и внутри каждого интервала бежать только 2—4 минуты, а остальное время отдыхать, то цель будет достигнута. Освобождающаяся дополнительная энергия пойдет не на компенсацию физической активности, а на восстановительные процессы. Подобная хитрость применима не только к бегу, но и к любой физической нагрузке. Так, людям, у которых работа преимущественно сидячая, рекомендуется, переходя из кабинета в кабинет, с этажа на этаж, двигаться энергично, чтобы сердцебиение учащалось.

«ВИТАФОН» НЕ СПАСЕТ ОТ НЕРАЗУМНОГО ПИТАНИЯ

Сколько есть — много или мало, растительную или животную пищу? Этот спор диетологи разных течений ведут давно. И никто не может убедительно доказать свою правоту. Средней продолжительностью активной жизни приверженцы разных диет различаются мало. Может, потому, что в течение жизни человек не один раз меняет свои представления о питании и чистый эксперимент нереален. Поэтому и спор идет на уровне логических рассуждений. У каждого течения есть своя аудитория и свои поклонники.

Случается, одновременно с витафонотерапией больные применяют и народные средства: специальные диеты, голодание, очистки. Результат такого «комплексного» лечения непредсказуем. Поскольку питание достаточно сильно влияет на здоровье, следует подробнее рассмотреть этот вопрос.

Почему до определенного возраста перед человеком не стоит вопрос, как питаться? Мы руководствуемся простым принципом — ешь, что хочется. Человеческий организм приспособлен переваривать и усваивать растительную и животную пищу. Пока все органы здоровы и управление их работой эффективно, организм быстро настраивается на то питание, которое мы ему предлагаем. Самая мощная адаптация происходит в раннем детстве. Если ребенка кормили в основном мясом и рыбой (как, например, на севере), то его кишечник почти не содержит участков, ответственных за переваривание растительной пищи. Все переваривающие мощности настроены на животную пищу. Если уже в зрелом возрасте, когда адаптация на порядок хуже, чем в детстве, заставить такого человека есть растительную пищу, то ничего, кроме вреда, это не принесет. Лучшее питание — это то, к которому мы наиболее приспособлены, то есть питание детства. Не зря же долгожители всю жизнь проводят на одном месте и рацион у них остается неизменным. Самое плохое питание — неадаптированное. Любые экзотические фрукты, как бы полезны они ни были с точки зрения наличия в них этих полезных веществ,

окажутся вредными, если организм не знает, как усваивать и перерабатывать содержащиеся в них новые группы биологических соединений. Организм не усваивает жиры, белки, углеводы вообще. Он усваивает их в конкретном разложении и виде. Как для каждого вируса организм вырабатывает свой антивирус, так и для каждого биологического соединения необходимо выработать цепочку биологических превращений до родственного организму элементов. Если этой цепочки нет, то биологическое соединение либо уйдет в отходы, либо разложится до более простых элементов и его полезные свойства будут потеряны. Надо осознать, что продуктов полезных вообще не существует. Есть потребности конкретного организма, а они очень индивидуальны.

Отсюда **правило первое:** *питание должно быть максимально приближено к питанию вашего детства (до 14-15 лет) и в основном быть постоянным по ассортименту.* За неизменность вашего завтрака или ужина организм вам скажет «спасибо».

Второе правило питания: *пища должна быть «живой» и вкусной.*

Для усвоения питательных веществ организм должен выстроить цепочки биологических превращений. Чем меньше требуется таких превращений, тем ниже затраты энергии и тем меньше образуется ненужных «обломков». Пищу, которая требует минимума затрат на усвоение и удаление шлаков, можно условно назвать «живой». Разлагать проще, чем синтезировать. Организм боится избыточно разложенных продуктов, но слишком сложные ему тоже не нужны. Уже в кишечнике идет переваривание на молекулярном уровне и отбор веществ, которые всасываются в кровь. Разные участки кишечника настроены на разные соединения. Но избыточно разложенные питательные вещества проскакивают фильтр, и тогда с ними приходится бороться и организму. Именно поэтому не рекомендуют употреблять мясные бульоны, содержащие большое количество непригодных для усвоения форм разложения. По этой же причине овощи лучше использовать в пищу свежими и сырыми или с минимальной термической обработкой, а мясо может несколько дней до приготовления полежать в холодильнике при +4 градусах, чтобы прошел первый этап разложения наиболее сложных биологических соединений. В целях сокращения

термообработки мясо предварительно маринуют – это вторая ступень разложения. Существует множество рецептов приготовления блюд. Надеемся, приведенные соображения позволят лучше в них ориентироваться.

Вкус продукта в чистом виде — надежный критерий качества именно для вашего организма. Соусами и приправами можно придать вкус и некачественному мясному блюду, но само мясо уже не исправишь. Мы никогда не сможем определить полезность продукта лучше, чем сам организм.

Еще одна опасность для организма кроется в ненасыщенных связях (свободных радикалах) обломков биологических соединений. Активно вступая в реакции, они приводят к неуправляемым биохимическим процессам, образуя шлаки. Поэтому сыр и вино должны быть выдержанными, хлеб лучше есть недрожевой, а дрожжевой рекомендуется подсушить, например в тостере.

Правило третье: *количество пищи должно быть минимально достаточным и, самое главное, привычным.* Пищи нужно ровно столько, сколько необходимо, чтобы не уменьшался вес и не снижался жизненный тонус. Избыточное питание не увеличивает тонус, а скорее снижает его, потому что в этом случае идет дополнительный расход энергии на депонирование неиспользованных питательных веществ и удаление шлаков. Задепонированные питательные вещества при избыточном питании никогда не будут использованы. Однако это не так опасно. Хуже другое — попадание в организм дополнительных шлаков вследствие неполного переваривания и усвоения пищи. Таким образом, избыточное питание имеет только минусы. Критерием оптимального количества и качества пищи является *максимальный жизненный тонус* — ощущение бодрости и наиболее высокая для вас работоспособность.

Оптимизировать количество употребляемых продуктов — непростая задача. Она осложнена тем, что в процессе еды организм не может сказать «стоп», пока не разберется, что вы ему предложили, и поэтому ощущение сытости возникает по наполнении желудка. Диетологи советуют есть медленнее и вставать из-за стола с легким чувством голода. Постоянное употребление пищи до насыщения ведет к растягиванию желудка. Рекомендуется также садиться за стол, лишь когда вы почувствуете голод.

Следующий вопрос — об отношении к соли и воде. Поваренная соль является поставщиком натрия в организм. Недостаток натрия приводит к серьезным проблемам, прежде всего к обезвоживанию. При его избытке в крови задерживается большое количество воды, которое дает ненужную нагрузку на сердце. При выведении лишнего натрия из организма водный баланс восстанавливается. Очевидно, что соль нужна, но определить ее оптимальную дозу не так просто. Для этого можно воспользоваться принципом явного желания: солить блюда не слишком сильно, и лишь когда очень захочется соленого, удовлетворить эту потребность.

Очень вредно за один раз съесть много соленой пищи, так как тогда для быстрого восстановления натриевой константы организму потребуется вода и человека будет мучить жажда. В этом случае надо пить воду небольшими порциями, растянув этот процесс на полчаса.

Трудно дать однозначный критерий и оптимального количества употребляемой жидкости. Многое зависит от диуреза, потовыделения, температуры среды, состояния кожного покрова и многих других факторов. Поэтому правильнее и здесь воспользоваться принципом явного желания и учесть инерцию в реагировании организма. При сильной жажде не следует выпивать залпом слишком много жидкости, потому что вода усвоится не сразу и первые ощущения могут быть обманчивыми.

Процесс употребления воды, так же, как и процесс питания, должен быть размеренным, протяженным во времени. Отсюда — **правило четвертое: соль и воду следует употреблять, руководствуясь принципом явного желания и небольшими порциями.**

В наше время голодание считают чуть ли не панацеей. Однако голодание — это сильный стресс. Очистка от шлаков с его помощью невозможна — организму просто не до шлаков. Из-за острого дефицита энергии он функционирует в минимальном режиме. Новых шлаков в это время, конечно, не образуется, и это, бесспорно, положительный момент. Но есть более значительные отрицательные последствия — детренировка к обычной жизни. В периоды перехода к голоданию и выхода из него организму нанесится больше вреда, чем пользы во время самого голода, не

говоря уже о серьезных структурных нарушениях, наступающих при длительном отказе от пищи. Голодание в качестве лечения аналогично ремонту телевизора ударом кулака по корпусу — когда поможет, а когда и навредит. У всех по-разному, как повезет. Сторонники голодания в доказательство своей правоты приводят в пример Поля Брэгга. Однако вспомним, что он голодал регулярно, еженедельно в один и тот же день. Его организм адаптировался и настроился на такой ритм. Брэгг не пишет, что с ним происходит, когда он меняет день голодовки или отказывается от нее. Он не описывает всех трудностей в период первых голодовок. Ему повезло. Его организм сумел настроиться, и это дало результат. Чаще бывает иначе. Мало кто может выдержать жесткие требования по постоянству дня и регулярности проведения голодания. А нерегулярные голодовки пользы не принесут из-за отсутствия адаптации.

И что, собственно, полезного в голодовке? Мы видим пользу лишь в одном — очищении крови от постоянно циркулирующих шлаков и приведении ее параметров к условному идеалу. Но, может быть, лучше очищать кровь ежедневно? Например, делая длительную паузу в еде между ужином и завтраком. Выбрать ее такой продолжительности, чтобы кровь успевала очищаться и хотя бы пару часов была чистой. Каков в этом случае должен быть перерыв? Если учесть, что пища полностью переваривается около 6 часов, еще 3-4 часа требуется на усвоение и очистку, плюс «2 часа чистоты» — итого 12 часов. Людям пожилым, возможно, потребуется увеличить паузу до 14-15 часов (за исключением больных диабетом). Организм переносит это легко. И вообще, организм себе не враг. Правильный образ жизни, если ему дадут испробовать таковой, он должен принять с удовольствием. Другое дело, что мы ему, как правило, ничего не предлагаем, а подстраиваемся под жизненные ситуации. 12-15-часовая пауза в еде — это стратегически важная величина. Кровь ежедневно должна полностью очищаться от шлаков и приходиться в норму.

Итак, 12-15-часовая пауза между ужином и завтраком — пятое правило.

Сейчас принято много говорить о пользе вегетарианства. Однако мы не рекомендуем полностью отказываться от мяса. Сколько именно требуется мясopодуlктов конкретному че-

ловеку, зависит от его возраста, пола, веса, образа жизни и, конечно же, от того, к чему приспособился его организм за годы жизни. Поэтому все нижеследующие рассуждения справедливы лишь для тех, у кого нет выраженной адаптации, для детей и молодых людей.

Лучше всего в этом вопросе прислушаться к потребностям организма. Постоянно употребляйте сравнительно небольшое (100-150 г) количество мясных продуктов, а когда возникнет сильное желание — увеличьте норму. Даже вегетарианец Поль Брэгг съедал котлету, когда ему очень этого хотелось. Чистое вегетарианство не обоснованно, поскольку ставит организм в условия постоянного энергетического кризиса, от которого прежде всего страдает мозг. Поэтому до двадцати пяти лет вегетарианство противопоказано. Исключительно растительная пища полезна лишь при определенных условиях и непродолжительное время (например, при марафонском забеге в пустыне). Белки требуют для усвоения достаточно много времени и энергии. Заниматься их перевариванием в условиях интенсивной физической нагрузки и жары — значит перегружать организм. В таких случаях лучше всего подойдет растительная пища, богатая углеводами и содержащая минимум жиров. Если марафон проводить на севере, то без животных жиров не обойтись, хотя белки по-прежнему не нужны. Животные жиры необходимы для поддержания температуры тела и защиты слизистых оболочек от мороза. Доказательством этому служит выработанное годами питание в экспедициях на Северный полюс.

В то же время употребление только животной пищи еще более вредно, чем вегетарианство. На Востоке в древние времена был распространен любопытный вид казни: осужденного кормили одним мясом и он через определенное время умирал. Смерть наступала от закупорки кишечника и самоотравления. Дело в том, что человек — существо хоть и всеядное, но все же более вегетарианец, чем хищник, и одним мясом питаться не может. Для нормального функционирования кишечника, ему нужна клетчатка. Поэтому около 70% пищи должно быть растительного происхождения (если нет выраженной адаптации) и содержать достаточное количество клетчатки. Больше всего ее в овощах. Содержание клетчатки в продуктах приведено в при-

ложении 1. *Минимальное количество растительной клетчатки должно быть таким, чтобы обеспечивать ежедневный стул.* Это — **шестое правило** питания. Овощи выполняют несколько полезных функций: осуществляют дренаж в желудке для лучшего переваривания мяса, улучшают перистальтику кишечника и замедляют усвоение жиров, белков и углеводов. Организм очень не любит высоких концентраций, поскольку в этом случае труднее удержать кровь в норме. Лучше, если питательные вещества поступают в кровь не сразу все, а постепенно, на протяжении достаточно длительного времени, чтобы организм успевал поддерживать кровь в состоянии, близком к оптимальному.

Теперь мы можем сформулировать **седьмое правило**: *питание должно соответствовать условиям окружающей среды и образу жизни.*

Вреден ли сахар? Большинство диетологов утвердительно отвечают на этот вопрос, предупреждая, что сахар в чистом виде употреблять не стоит. Казалось бы, глюкоза, являясь основным источником энергии для мозга и мышц, не должна вредить организму. Не будем ничего утверждать голословно, а попробуем, пользуясь знаниями о саморегуляции уровня сахара в крови, вывести правило оптимального употребления углеводов. У здорового человека сахар (глюкоза) в крови поддерживается очень строго на уровне 3,3-5,5 ммоль на литр. Именно эта концентрация оптимальна для организма. В абсолютном отношении это достаточно малая величина. Организм за счет саморегуляции поддерживает все значимые компоненты крови в малых и стабильных концентрациях. При превышении нормы избыток депонируется в соответствующем органе, при недостатке — раздепонируется и поступает в кровь. Значительные отклонения некоторых компонентов могут быть опасными не только для здоровья. Так, уровень сахара выше 18 и ниже 2 ммоль на литр считается опасным для жизни. Диабетикам, у которых нарушена саморегуляция, с трудом удается поддерживать диетой и инсулином уровень сахара (глюкозы) в пределах 3—12 ммоль на литр. При диабете характерными осложнениями являются ускоренное развитие атеросклероза, значительное ухудшение капиллярного кровотока и, как следствие, возможное развитие гангрены, невропатий, глаукомы и других тяжелых заболеваний. Таким об-

разом, нет сомнений, что высокий уровень сахара в крови вреден, причем, чем он выше, тем это опаснее. Рассмотрим, как влияет употребление в пищу различных углеводов на уровень глюкозы в крови.

Как только углеводы с пищей попадают в организм, концентрация сахара в крови временно возрастает, тут же запускаются механизмы саморегуляции и избыток углеводов депонируется — уровень сахара в крови снижается до нормы. Именно это кратковременное повышение является вредным и, в частности, может приводить к увеличению веса. Чем оно меньше и чем непродолжительней, тем лучше. Существует несколько механизмов депонирования избыточных углеводов. У тех людей, у которых преобладает механизм депонирования путем перевода углеводов в жиры, возникает склонность к полноте. Поэтому в пищу и рекомендуют употреблять медленно усваиваемые углеводы, которые дают небольшое повышение сахара в крови. Величина пика повышения характеризуется гликемическим индексом продукта (гликемический индекс – условная величина, пропорциональная увеличению сахара в крови после употребления того или иного продукта). Чем выше индекс, тем хуже. Самый высокий индекс у глюкозы. Однако величина временного повышения уровня сахара в крови зависит и от количества съеденного, и от наличия замедлителей усвоения, например клетчатки. Кроме того, повышение уровня сахара в крови, максимум которого наступает через 30-60 минут после еды, очень индивидуально. Поэтому, чтобы ответить на вопрос, вредна ли вам чашка чая с сахаром и традиционным бутербродом, надо измерить с помощью глюкометра (прибор для измерения сахара в крови, продается в аптеках) уровень сахара в крови через 30, 60 и 120 минут после его употребления. Если эта величина не превысит 7 ммоль на литр, то, значит, вам можно пить чай с сахаром. Если превысит, то стоит задуматься и, может быть, уменьшить количество ложек сахара. Чем медленнее сахар в крови будет возвращаться в норму, тем выше склонность к полноте и тем строже должна быть диета. Вывод таков: нельзя давать никаких рекомендаций без измерения уровня сахара в крови до и после еды. Нельзя резко менять характер питания, ибо организм к нему адаптирован, и, отказавшись от привычного сладкого чая, можно заработать вре-

менную гипогликемию – снижение сахара в крови ниже минимального порога. При избыточном повышении сахара в крови после еды следует принять меры и постепенно перейти к медленно усваиваемым углеводам, имеющим небольшой гликемический индекс. Приблизительные данные о гликемическом индексе продуктов приведены в приложении 2.

В кратком изложении общие принципы питания для практически здорового человека (которому не требуются специальные диеты) выглядят следующим образом.

Правило первое: питание должно быть максимально приближено к питанию вашего детства (до 14-15 лет) и в основном быть постоянным по ассортименту.

Лучшее питание — адаптированное питание.

Правило второе: пища должна быть «живой», вкусной и полноценной.

Правило третье: количество пищи должно быть минимально достаточным и, самое главное, привычным. Критерий оптимального количества и качества пищи — максимальный жизненный тонус — ощущение бодрости и наивысшая для вас работоспособность.

Правило четвертое: употребление воды по принципу явного желания и небольшими порциями. Употребление соли в минимальных и неизменных количествах с удовлетворением явного желания.

Правило пятое: 12-15-часовая пауза между ужином и завтраком, чтобы в крови не накапливались шлаки.

Правило шестое: количество растительной клетчатки должно обеспечивать ежедневный стул.

Правило седьмое: питание должно соответствовать условиям окружающей среды и образу жизни. В холодное время обязательны животные жиры. В период интенсивной физической нагрузки нужны преимущественно углеводы. Животные белки лучше употреблять в отсутствие физических нагрузок, например, перед отдыхом.

Этими правилами можно руководствоваться во всех случаях, кроме некоторых заболеваний со специальной диетой, которую назначает врач.

ОЧИЩЕНИЕ ОТ ШЛАКОВ ИЛИ ПЕРЕГРУЗКА ОРГАНИЗМА?

Существует много книг, посвященных различным способам очистки организма. В них приводятся самые разнообразные простые или экзотические процедуры, с помощью которых якобы можно полностью очистить тот или иной орган от шлаков. Поскольку многие больные, желающие радикально улучшить свое здоровье, хватаются за все методы подряд и, случается, сочетают очистки с витафонотерапией, то мы вынуждены подробнее остановиться на этом вопросе. Невежество авторов этих методик просто потрясает. Ведь на самом деле никакой очистки при выполнении этих процедур не происходит.

Приведем дословный пример очистки печени из книги Г. П. Малахова «Целительные силы», книга 1, с. 81: «Если вы за 3-4 дня до очищения будете питаться в основном растительной пищей и потреблять большое количество свежевыжатого сока (1 часть свеклы и 4-5 яблок, желательно кисловатых) и делать очистительные клизмы (с уриной) раз в день, ваша предварительная подготовка будет идеальной...». В день очистки нужно сделать следующее: «Итак, все готово, стоят два стакана, один с маслом, другой с соком (лимонным). Вы делаете один-два глотка масла и запиваете столькими же глотками сока. Минут через 15-20, если нет тошноты, вы повторяете. Ждете 15-20 минут и так несколько раз — пока не выпьете все масло и сок. Спокойно садитесь и смотрите телевизор или читаете книгу. ... Примерно через 1-1,5 часа после приема ингредиентов сядьте в удобную позу (лучше на пятки), заткните левую ноздрю ваткой и дышите через правую. На язык положите немного жгучего перца, а на область печени иппликатор Кузнецова, но с металлическими иглами. Все это будет способствовать возбуждению, выработке энергии и теплоты с направлением ее в область печени. Дополнительно создайте образ, что на выдохе вы направляете огненную стрелу в область печени. Дышите при этом медленно, плавно (4-6 раз в минуту), сильно

работая диафрагмой. Выпячивайте живот на вдохе. Этим вы обеспечите прекрасный массаж печени, увеличите в ней кровообращение и промоете от шлаков и сгустков. Такое дыхание делаете 15-30 минут, отдохните часок и повторите. В промежутки отдыха положите на область печени магнитный иппликатор или простой магнит».

Мы хотим провести подробный разбор этого метода очистки лишь для того, чтобы вместо иппликатора Кузнецова в нем не появился аппарат «Витафон». Итак, первые три дня перед очисткой питание преимущественно соками снимает нагрузку на печень и детренирует ее с точки зрения усвоения жиров. А в день очистки принимается гигантская доза жиров (стакан растительного масла). Для печени это шок, это удар в спину. Печень не может удержать кровь в норме. Высокие концентрации ингредиентов делают биохимические процессы неуправляемыми, в результате чего образуется большое количество нерастворимых соединений, которые и выходят наружу. Это подтверждают и отзывы последователей, приведенные Малаховым на с. 129: *«Занимался чисткой кишечника и уже 7 раз чистил печень. Вышло 70 камней билирубинового зеленого цвета размером от 2 мм до 2-2,5 см...»* *«Три раза чистила печень. В первый раз вышло не очень много черно-зеленых камней размером с горох и фасоль. Второй раз не получилось вообще (наверное, потому, что на новолуние), 3-й раз всего 3 зеленых камня размером с лесной орех»*. И таких примеров много. Различные твердые образования действительно выходят. Только это не шлаки, а результат неуправляемых биохимических процессов, вызванных сильнейшей перегрузкой и высокими концентрациями. Для печени это шок. После нескольких таких «очисток» организм пытается адаптироваться к перегрузкам и регенерирует новый сектор в печени. Поэтому, начиная с энной процедуры, печень справляется с нагрузкой, перегрузки и неуправляемых биохимических процессов не происходит и выделения заканчиваются. В результате такой адаптации печени и организма в целом самочувствие действительно улучшится по сравнению с периодом самоистязания при «очистках». Субъективной оценки полезности таких мероприятий явно недостаточно. А данные ультразвуковых исследований, подтверждающих наличие камней до процедуры очистки и их отсутствие после процедуры, не приводятся. Нет никаких

исследований, что за твердые включения выходят из организма. Впрочем, если адаптация печени произошла, то все не так страшно. Страшнее то, что у большинства адаптации не происходит, и в этом случае внесенные перегрузкой повреждения лишь усугубляют положение больного.

Существует много ненаучных методов воздействия на организм, лечебный эффект которых базируется на адаптации к перегрузкам и повреждениям. Сама необходимость восстановления адаптационных возможностей органов и систем очевидна. Но совершенно недопустимо применение грубых методов, не учитывающих индивидуальных особенностей организма и базирующихся на упрощенном понимании физиологии. Так, например, многими авторами предлагается камни в желчевыводящих протоках и мочеточниках вымывать большими потоками желчи и мочи: «В течение недели следует употреблять в пищу только арбузы с черным хлебом..., ... садитесь в сидячую теплую ванну с температурой воды 38-40 градусов и ешьте арбуз. Частое освобождение мочевого пузыря вынесет с мочой камни и песок». Или, например, цитата из Малахова: «Этим вы обеспечите прекрасный массаж печени, увеличите в ней кровообращение и промоете от шлаков и сгустков». Авторы, очевидно, не знают, или не задумываются, что все протоки и сосуды в организме имеют мускулатуру, которая управляется нервной системой и обеспечивает не только сжатие и расширение проводников жидкостей, но и благодаря колебательным движениям эффективное продвижение этих жидкостей по длинным и узким каналам. При хорошей кинематике протоков разрастание и задержка камней в них невозможны. Они вылетят, прежде чем успеют сколько-нибудь вырасти. Ослабление кинематических движений протоков (дискинезия) приводит к росту давления и замедлению движения жидкости по потоку. Это и создает условия для образования, застревания и разрастания камней в протоках. Попытки в таких случаях промыть проток большим количеством, например, желчи или мочи, спровоцировав их интенсивное выделение, приводят к чрезмерному росту давления и могут быть просто опасными. Если в протоках есть камни, то обязательно в той или иной степени имеется и дискинезия, и лечение необходимо начинать с восстановления кинематических движений. Для этого необходимо восстановить управле-

ние работой органа и кровотоков. Если нарушение управления возникло в позвоночнике или произошло вследствие очень сильного местного нарушения кровообращения, то «Витафон» может оказать безопасную и эффективную помощь. Но прежде врач должен установить причину заболевания.

Действительно существуют удивительные факты исцеления с помощью народных средств. Но это отдельные случаи. Отсутствие научных исследований не дает возможности установить истинные причины и механизмы излечения и сформулировать условия, при которых данное средство может быть показано другим больным. Рекомендовать его всем подряд нельзя — это нарушает главную заповедь врача: «Не навреди». Народные средства распространены очень широко и неудач при их применении тоже очень много. Но поскольку они народные, то на эти неудачи не обращают внимание. Безрезультатно испробовав с десятков подобных методов и получив какое-то временное облегчение от очередного «снадобья», больной трубит в фанфары и критикует профессиональную медицину.

ПОЧЕМУ МЫ СТАРЕЕМ

Ранее мы говорили о том, что, если нарушена проводимость нервных волокон, мозг теряет управление процессами, происходящими в организме, и, в частности, «не видит» нарушений. То же самое может происходить и при абсолютно здоровой нервной системе.

Человеческий глаз не заметит движения предмета, если оно будет происходить очень медленно. Это глобальное свойство всей нервной системы. Если нарушения в организме копятя постепенно, мозг их не замечает и, соответственно, не принимает никаких мер. Если же в какое-то время возникает аналогичное, но быстрое нарушение, то при условии управляемости системы мозг реагирует на него и устраняет. Заодно частично или полностью устраняются ранее накопившиеся аналогичные нарушения. Эту особенность приходится учитывать при лечении некоторых хронических заболеваний. Так, например, для более успешного заживления давней трофической язвы вначале нужно провести несколько процедур витафонотерапии, чтобы оживить нервные волокна, а затем удалить омертвевшую ткань и нанести свежие мелкие механические повреждения на живую ткань. Затем снова продолжить витафонотерапию. Можно привести другой, более наглядный пример. Всем хорошо известно заболевание остеохондроз — результат таких медленных нарушений. Костная ткань позвонков, как известно, постоянно регенерируется. Пластический материал поступает вместе с кровью, и если он не успевает усваиваться костной тканью, на поверхности позвонков образуются наросты. Организм мог бы отрегулировать поступление кальциевых компонентов, но поскольку процесс этот развивается очень медленно, годами, то мозг не обнаруживает столь незначительного дисбаланса и мер не принимает.

Другими словами, существует порог минимального нарушения, которое мозг замечает и на которое реагирует. Этот порог зависит от многих факторов — от типа нервной сис-

темы, от общего количества нарушений и еще от одной очень важной особенности организма. Сигнал о повреждении или отклонении может быть сильным или слабым. При большом количестве неполадок мозг прежде всего реагирует на сильные сигналы (срабатывает принцип доминантного раздражителя). Сила сигнала пропорциональна степени нарушения и опасности для жизнедеятельности организма. Допустим, что нарушений проводимости нервных волокон и ишемии в зоне рецепторов, посылающих сигналы, нет, но человек находится в состоянии нервного перевозбуждения, которое не проходит даже ночью, во время сна. Теперь уже мозг игнорирует не только слабые сигналы, но и не совсем слабые. Порог чувствительности к нарушениям повышается, и при длительном нервном стрессе могут накопиться серьезные патологии.

Для того чтобы снять нервное перенапряжение, необходимо попытаться принудительно переключить организм на физиологические рецепторы. Физическая нагрузка, болевой точечный массаж, контрастный душ, сексуальное влечение или рюмочка коньяку помогут не только снять перевозбуждение, но и предотвратить его осложнение — сумасшествие. Несомненно, огромное значение имеет поведение окружающих, прежде всего членов семьи, друзей, сотрудников. В таких случаях нужно отбросить в сторону личные амбиции и обиды и постараться искренне помочь больному. Да, именно больному, потому что перевозбуждение — это болезнь, и очень серьезная.

Медленные нарушения организм не замечает, и это ведет к их накоплению и является одной из причин старения. Длительное поведенческое перевозбуждение, не проходящее даже ночью, ускоряет этот процесс из-за повышения порога чувствительности. Полноценный глубокий сон его замедляет. Пожилым людям можно рекомендовать дневной сон.

«ВИТАФОНУ» ВСЕ ВОЗРАСТЫ ПОКОРНЫ

Нас часто спрашивают, можно ли лечить с помощью «Витафона» маленьких детей. Что ответить на это? Когда ребенок громко и долго плачет из-за резей в животе или по другим причинам, его крик создает такую же микровибрацию, как при использовании «Витафона» на шейном отделе, если не большую. Воздействие «Витафона» родственно организму, и потому витафонотерапия может применяться уже с рождения. Впервые у новорожденных аппарат был применен в Первой детской городской больнице Санкт-Петербурга – одном из наиболее авторитетных и современных медицинских учреждений. Опыт использования его у нескольких тысяч больных показал, что возраст не имеет большого значения: и в первый день жизни и в 9-10 месяцев у детей не наблюдалось негативных реакций на процедуры (не возникало возбуждения, не было нарушений сна, приема пищи). Более того, прибор оказывал общее благоприятное воздействие на организм, в частности, улучшал процесс пищеварения. Единственное отличие: у детей до года используется только первый режим. Однако, как и во всех других случаях, вначале ребенку должен быть поставлен правильный диагноз и обосновано применение именно этого метода.

«Витафон» уже используется для лечения дискуляторной энцефалопатии у детей и взрослых, и поэтому есть основания полагать, что фонирование можно будет применять при энцефалопатии новорожденных, суть которой заключается в нарушении кровообращения головного мозга. Последствиями энцефалопатии могут стать медленное развитие ребенка, ослабление его зрения, появление в подростковом возрасте мигрени или головокружения, остеохондроз шейного отдела позвоночника и другие неприятные явления. Возможно, когда-нибудь мы придем к пониманию, что витафонотерапия – обязательная составляющая лечения перинатальной энцефалопатии (ПЭП) и других последствий родовой травмы. Однако должно пройти немало времени, чтобы можно было ответственно заявить, что виброакустическое воздействие в

данном случае заменяет распространенную ныне методику проведения электрофореза на шейный отдел.

Это все в будущем, а пока изучены и разработаны методики использования аппарата при недержании кала (энкопрезе), недержании мочи (энурезе), парезе кишечника, плоскостопии и дисплазии тазобедренных суставов, описанные в этой книге в других разделах.

Таким образом, возраст не является препятствием для применения «Витафона». Он может быть полезен и детям, и молодым, и пожилым. В подростковом периоде, с 10 до 16 лет, профилактические процедуры витафонотерапии на позвоночник позволят избежать проблем в будущем. Даже небольшая, казалось бы, несущественная, патология позвоночника с возрастом может перерасти в серьезное заболевание. К сожалению, детей и подростков обычно приводят к врачу лишь тогда, когда у них уже что-то болит.

Молодежь обычно игнорирует лечение, считая что «все и так пройдет». К сожалению, проходит не всегда, причем обнаруживается это зачастую через много лет, когда остаточная патология перерастает в серьезное заболевание. В зрелом возрасте заняться своим здоровьем мешают работа, семейные заботы. Вот и получается, что в основном лечатся пенсионеры. Однако в пожилом возрасте справиться с болезнью намного сложнее. Если в детстве, для того чтобы избежать проблемы в будущем, достаточно выполнить несколько сеансов «Витафоном», в молодости — пройти 1 курс лечения, в зрелом возрасте — 2-3 курса, то в пожилом для радикального улучшения потребуется 4-6 месяцев, а иногда и больше. Но даже в пожилом возрасте, если вы способны в течение года регулярно проводить курсы витафонотерапии, есть шанс избавиться от многих болезней, укрепить здоровье и даже ощутить прилив сил.

К настоящему времени «Витафон» используется уже семь лет. Утверждать на основании семилетних наблюдений, что прибор позволяет стать значительно моложе, чем утверждает паспорт, конечно же, рано. Вместе с тем сотни писем красноречиво свидетельствуют: «Витафон» помогает избавиться от тех недугов, которые мучили годами, и стать значительно активнее. Это ли не проявление омолаживающего эффекта? «Витафону» все возрасты покорны, но чем раньше начать его применять, тем больше шансов выглядеть намного моложе своего возраста.

«ВИТАФОН» И ПСИХОТЕРАПИЯ, ИЛИ ПОЧЕМУ КАШПИРОВСКИЙ ЛЕЧИТ

Наше сознание и вегетативная нервная система очень тесно связаны. Влияние сознания чаще бывает не позитивным, а негативным, способствуя развитию каких-нибудь психосоматических заболеваний. При этом никакой патологии может и не быть, просто происходит торможение в цепи нейронного регулирования и налицо болезненные проявления. Именно такие заболевания лечат психотерапевты, и только такие болезни могут пройти за один день, за один сеанс. Средства массовой информации многократно усиливают эффект от психотерапии, и потому сеансы Кашпиrowsкого, которые в восьмидесятые годы транслировались по Центральному телевидению, имели такой потрясающий эффект. Но нельзя лечить, не видя больного, нельзя лечить без обратной связи, и потому сошли со сцены и Кашпиrowsкий, и Чумак, и другие «телецелители».

Одна из главных причин психосоматических заболеваний — нервная депрессия в сочетании с боязнью заболеть и неверием в исцеление. Средства массовой информации давали веру, целитель предлагал необычное средство в виде «заряженной энергией» воды или в виде гипнотического воздействия с использованием психотерапевтической лексики (типа «даю установку на исцеление»), и исцеление действительно наступало. Конечно, далеко не у всех и чаще всего не то исцеление, на которое рассчитывал участник глобального мероприятия. Дело в том, что большинство заболеваний все-таки вызваны патологическими изменениями, которые нельзя вылечить психотерапией. Психосоматическая составляющая может сопутствовать и патологическому заболеванию, что, естественно, мешает лечению. Но для того чтобы с этим бороться, не обязательно нужны Кашпиrowsкий или Чумак. Достаточно поверить врачу, поверить в метод и, самое главное, в возможности своего

организма. Вера должна быть всегда, и для этого есть все основания. Ведь научно подтверждены факты самоисцеления даже от рака. Таких случаев немного, но они есть. Механизмы такого исцеления пока остаются загадкой.

К сожалению, психотерапевтическая помощь не всегда доступна больному, и поэтому медицинская наука разработала специальные методы аутотренинга, которые при активном применении могут дать результаты не хуже, чем от Кашпировского.

В самом начале своего пути «Витафон» не мог рассчитывать на психологический эффект. Тогда мало кто верил, что эта «жужжалка» (как тогда часто называли аппарат) что-то может, и лишь впечатляющие результаты лечения заставляли задуматься. Сейчас, когда более глубоко изучены механизмы лечебного действия микровибрации, когда больной начинает понимать, что виброакустический метод дает обоснованные надежды на исцеление, «Витафон» становится элементом психологической поддержки.

ВИТАФОНОТЕРАПИЯ И ДРУГИЕ МЕТОДЫ ЛЕЧЕНИЯ

Виброакустический метод в силу его близости к естественным регуляторным механизмам человеческого организма может применяться практически со всеми другими средствами лечения. Очень хорошо он сочетается с лекарственной терапией. Вялотекущие, длительные хронические заболевания обычно сопровождаются возникновением рубцовых процессов, склерозированием тканей, спазмом сосудов, нарушением кровообращения и лимфотока в месте патологии. Эти явления затрудняют доступ лекарств к больному органу, а иногда и препятствуют ему. В результате лечение оказывается неэффективным, возникает лекарственная интоксикация всего организма, которая может достичь опасного уровня.

«Витафон», снимая спазм сосудов, восстанавливает крово- и лимфоток, вследствие чего лекарственные препараты попадают к больному органу. Так, например, при простатите чрезвычайно дорогостоящие антибактериальные препараты в сочетании с витафонотерапией дают прекрасные результаты, хотя сами по себе они оказываются малоэффективными. Здесь «Витафон» не только помогает справиться с заболеванием, но и экономит деньги больного.

«Витафон» обладает местным действием. В сочетании с ним применение других физиотерапевтических процедур для улучшения местного кровотока лишено смысла. Полезным дополнением будут противовоспалительные средства. Из лекарственных средств самым простым и общедоступным является йод.

«Витафон» хорошо нивелирует негативные моменты рефлексотерапии. После многократного применения иглотерапии или электропунктурного воздействия на одну и ту же область в ней накапливаются нарушения, ограничивающие дальнейшее использование этих методов. Поэтому после каждого курса иглотерапии или электропунктурного

лечения полезно будет провести реабилитацию зоны воздействия с помощью «Витафона» (режим 1, достаточно 3-4 минут ежедневно в течение недели).

Некоторые рефлексотерапевты с успехом используют «Витафон» вместо иглол и электрического тока. Физиологические основы для этого есть. Звуковая микровибрация «Витафона» восстанавливает ресурс нервного центра, и он начинает выполнять свою функцию самостоятельно. Это, может быть, даже правильнее. Активно воздействуя на нервные центры электрическим током, мы посылаем в мозг мощный сигнал, который создает доминанту и перераспределяет восстановительные ресурсы на себя. Если организм поражен несколькими заболеваниями, то такое перераспределение ресурсов в пользу менее важных, но искусственно возведенных в ранг приоритетных нарушений неизбежно даст осложнение в будущем. Поэтому иглотерапию и электропунктуру должны проводить только опытные специалисты и лишь после полной диагностики и выявления первопричин заболеваний.

Говоря о болевом точечном массаже, надо отметить, что это трудоемкий, почти непригодный для массовой медицины метод. Он отличается более безошибочным определением важности каждого нарушения в данный момент времени. Степень болезненности нервного центра при пальпировании (ощупывании) пропорциональна важности заболевания и степени нарушения. Вместе с восстановлением нарушения исчезает и болезненность нервного центра. Этот метод очень эффективен, но только при отсутствии сбоев в цепи нейронного регулирования. Если же такие сбои есть, то достигаемый лечебный эффект имеет компенсаторный механизм. Первопричинные нарушения сохраняются, и через некоторое время курс рефлексотерапии необходимо повторять. Возможно, поэтому внимание рефлексотерапевтов все чаще привлекает «Витафон». Он восстанавливает управление работой органов, кровоснабжение, ресурс нервных центров, а собственно восстановление нарушения и регулирование осуществляет сам организм. Ведь вмешательство во внутренние процессы извне необходимо лишь в экстренных ситуациях — при шоке, коме и других состояниях, когда нарушен гомеостаз. Во всех остальных случаях надо стремиться восстановить саморегуляцию организма.

ЕСЛИ У ВАС НЕТ «ВИТАФОНА»

Есть немало простых способов увеличения кровотока, которыми можно воспользоваться, если «Витафона» под рукой не окажется.

Самым распространенным является растирание. Его обычно применяют при отморожении, переохлаждении или для восстановления кровотока после длительного пребывания в неудобных позах. Обычно растирание делают энергично, тогда как более эффективно выполнять его легкими, но быстрыми движениями, при которых появляется шелестящий звук. Это принципиально важно.

Дыхание тоже в некоторой степени влияет на кровоток. Во время сравнительно медленного (на счет четыре) глубокого вдоха в венозной системе происходит разрежение, усиливающее приток венозной крови к сердцу. Выдох, благодаря клапанной системе, на венозный кровоток не влияет, но незначительно улучшает артериальный. При резком выдохе может на короткое время подскочить давление, поэтому больным гипертонией и атеросклерозом такой выдох противопоказан. Глубокое дыхание улучшает кровоснабжение внутренних органов. Организм иногда рефлекторно прибегает к такой помощи — в этом случае мы говорим «тяжело вздохнул». Часто делать глубокий вдох нельзя, потому что снижается концентрация углекислоты в крови. Если это продолжается достаточно долго, происходит снижение кислорода в крови и сужение сосудов. В результате кровоток уменьшается. Если же задержать дыхание, то для сохранения концентрации кислорода в крови организм расширит сосуды, правда, преимущественно в жизненно важных органах. После каждого глубокого вдоха и выдоха желательно сделать более длинную паузу — дожидаться явного желания вдохнуть. Задерживая углекислый газ в легких, мы тем самым увеличиваем его концентрацию и соответственно концентрацию кислорода в крови. Подобные процедуры имеют смысл, если их выполнять регу-

лярно — после пробуждения, во время производственной паузы, перед сном.

Существует множество дыхательных методик, успешность которых зависит от того, насколько хорошо они учитывают два вышеизложенных механизма влияния — на углекислородную константу и венозный кровоток. Сторонники одних методик проповедуют поверхностное неглубокое дыхание, то есть строят их на базе влияния на углекислородную константу. Другие методики ориентируются на глубокое дыхание, то есть на увеличение венозного оттока. Конечная цель — улучшение кровоснабжения внутренних органов при одновременном насыщении крови кислородом.

Как известно, при повышении температуры кровеносные сосуды расширяются, а при ее снижении сжимаются. При сужении сосудов нагрузка на сердце увеличивается без всякой пользы. Поэтому после длительного переохлаждения совсем не помешает принять горячую комфортную ванну, погреться в сауне или попариться в бане. После парилки рекомендуют окунуться в холодную воду. Но именно окунуться — и только. Дело в том, что цель прогревания — расширение кровеносных сосудов, снабжающих внутренние органы. Однако более всего расширяются поверхностные сосуды и сосуды ног, что в холодное время года опасно, поскольку через них уйдет много энергии. Кратковременное окунание (здесь важно не перестараться) в холодную воду (или обливание, или растирание снегом) сужает лишь поверхностные сосуды, защищая организм от потерь тепла, а внутренние органы при этом по-прежнему хорошо снабжаются кровью.

Лучше всего растираться снегом. Имея низкую температуру, но малую объемную теплоемкость из-за своей рыхлости, он эффективно сужает поверхностные сосуды, не вызывая риска переохлаждения. Эту процедуру лучше проводить в относительно теплом помещении, где нет сквозняков. Для большего эффекта цикл нагрева и кратковременного охлаждения повторяют 2-3 раза с небольшими паузами отдыха (5-7 минут) в тепле, в комфортных условиях. Необходимо растянуть процедуру на 30-40 минут, потому что организм устойчиво переключается на новое состояние только в случае, если соответствующие условия (нагрев плюс короткое охлаждение) повторяются многократно в течение продолжительного времени.

После бани, сауны или горячей ванны ни в коем случае нельзя выходить на холод в течение 2-3 часов. Это грозит развитием воспаления легких или другого заболевания. Нужно также помнить о том, что при некоторых заболеваниях баня противопоказана. Соответствующие рекомендации должен дать лечащий врач.

Совершенно очевидно, что с увеличением частоты сердечных сокращений пропорционально усиливается общий кровоток. Поэтому бег издревле считался оздоровительной процедурой. Оптимальным для здоровья и наиболее легким в исполнении является бег-«халявщик», о котором рассказывалось выше. Учащения сердцебиения можно добиться и другими физическими упражнениями, например, теми, что направлены на укрепление мышц позвоночника.

Частота сердечных сокращений зависит не только от бега. Она может увеличиться, и когда мы нервничаем. Непродолжительные нервные волнения с учащением сердцебиения для здорового организма не страшны, а в какой-то степени даже полезны. Опасны длительные нервные стрессы с понижением частоты сердцебиений. (Здесь имеется в виду не абсолютная частота сокращений, а именно снижение ее по отношению к обычной для данного человека.) Таких состояний допускать нельзя.

Как мы уже убедились, общий суточный кровоток изменяется мало. Основным в механизме регулирования является перераспределение кровотока путем сжатия сосудов в одном месте и расширения их в другом. На состояние сосудов влияет много факторов, в том числе и температура.

Если мы потеплее укутаем область заболевания, то сможем немного увеличить в ней кровоток. Шарф и жилетка появились не зря. Теплые трусики окажутся полезными при цистите, простатите и других заболеваниях в области малого таза. При радикулите пояс должен быть теплым только со стороны поясницы. Важно утеплить именно область заболевания, сохранив комфортным общее одеяние. Если же, наоборот, какой-то участок тела оказывается подвержен более интенсивному охлаждению, например при сквозняке или ветре, то в нем сосуды сужаются значительно больше по сравнению со всем организмом. При длительном охлаждении спазм сосудов распространяется в глубину и может

затронуть близлежащие органы. Чаще всего страдают от этого шея и поясница.

Как часто приходится слышать — застудил ноги, заболел бронхитом или получил обострение хронического заболевания. Дело в том, что кровь, циркулирующая по организму, проходя через замерзшие ноги, сильно охлаждается и, поступая в общий кровоток, понижает его среднюю температуру. В результате происходит не только сильное сжатие сосудов ног, но и небольшое рефлекторное общее сжатие сосудов, что и приводит к развитию или обострению какого-нибудь заболевания. Распространено ошибочное представление о необходимости «работать ногами», чтобы их согреть. Ногам, может, это чуть-чуть поможет, а вот организму явно будет хуже. К работающим ногам будет притекать больше крови и, следовательно, больше охлажденной крови поступит в организм. Гораздо правильнее активно работать туловищем (например, делать простые наклоны вперед). Это обеспечивает учащение сердцебиения и выделение большего количества тепла без увеличения теплопотерь. Можно растереть ступни снегом, чтобы сильнее закрыть поверхностные капилляры и уменьшить потери тепла. Ноги, конечно, после этого обязательно нужно вытереть насухо.

Нагреванием ног можно, наоборот, повысить среднюю температуру крови и расширить сосуды. Хорошо всем известные горячие ванны для ног с успехом используются в качестве профилактического средства после переохлаждения. Оптимальная продолжительность таких ванн — 30 минут. Температура около 40 °С. Важно выдержать требуемое время, а увлекаться высокой температурой не следует. Лучше следить, чтобы она не опускалась ниже 38 °С. После процедуры надо облить ноги умеренно холодной водой, чтобы закрыть поверхностные капилляры.

Ванны для ног обычно делают в ведре с водой или специальных сосудах. В тазике вода быстро остывает. Вместо ванны для ног можно использовать устройства в виде башмаков с подогревом. Если на работе у вас холодный пол, то весьма полезным окажется коврик для ног с подогревом. При его температуре 30-35 °С тепло ощущаться не будет, но от простуды и других осложнений он защитит.

Все вышеперечисленные приемы увеличения кровотока, конечно, не столь эффективны, как воздействие «Витафо-

ном», однако их применение будет полезным дополнением в программе профилактики или комплексного лечения.

Не помешают и знания о том, что ухудшает кровоток, а следовательно, может привести к развитию различных заболеваний, связанных с ним: холодные сиденья автомашин, зимняя рыбалка, сидение на бетоне и металле, если их температура ниже 30 °С, туго затянутые ремни брюк (лучше носить подтяжки), холодный пол при длительной сидячей или стоячей работе, малоподвижный образ жизни.

Часть 2

ДАВАЙТЕ ФОНИРОВАТЬСЯ

ОБЩИЕ ПРИНЦИПЫ ВИТАФОНОТЕРАПИИ

Применение «Витафона» эффективно при тех заболеваниях, которые вызваны нарушениями местного кровоснабжения, а также нарушениями проводимости нервных волокон (иннервации) вследствие значительного ухудшения снабжения их кровью. Замечательным свойством этого аппарата является то, что, с одной стороны, он не оказывает вредного воздействия на здоровые ткани, а с другой – его лечебный эффект наиболее выражен при значительной патологии в системе кровоснабжения. Подобная избирательность связана с совпадением механизмов усиления кровотока, реализованного в «Витафоне» и используемого самим организмом. Как уже отмечалось в первой части книги, при резком снижении кровотока собственная микровибрация стенок сосудов прекращается и единственной альтернативой становится внешняя микровибрация. Именно поэтому «Витафон» позволяет восстановить кровоснабжение и соответственно проводимость нервных волокон, сдавленных в межпозвоноковых отверстиях, что чрезвычайно важно для восстановления управления (иннервации) органами.

Благодаря улучшению кровоснабжения в болезненной области и восстановлению проводимости нервных волокон «Витафон» позволяет увеличивать скорость регенеративных процессов, снимать отеки, восстанавливать двигательную активность многочисленных протоков, повышать функцию органов и эффективность медикаментозного лечения.

Как правило, витафонотерапия включает в себя воздействие на область заболевания и на область позвоночника. Позвоночник играет в организме особую роль, так как именно через него проходят пути управления (иннервации) всеми без исключения органами и осуществляется их связь с центральной нервной системой. Заболевания позвоночника безусловно сказываются на функции того или иного органа.

Иногда это происходит медленно и незаметно для человека (например, постепенное отложение солей). Поэтому витафонотерапия позвоночника оказывает положительный эффект при лечении любого больного органа.

При наличии воспалительных процессов в области заболевания обязательно используются противовоспалительные препараты и при необходимости антибактериальные средства.

Процесс выздоровления, как правило, сопровождается усилением процессов обмена веществ, увеличением содержания шлаков в крови. Поэтому воздействие «Витафоном» на область почек (область К), улучшающее их работу, очень полезно в плане очищения организма и включается почти во все методики лечения. Причем правильнее проводить вначале воздействие на область почек и лишь затем на другие области. Кроме того, время воздействия на область К должно быть больше или приблизительно (с точностью до 3-5 минут) равно суммарному времени воздействия на все остальные области. В некоторых случаях эти правила имеют принципиальное значение.

Перед тем как начать витафонотерапию, необходимо пройти медицинское обследование. Это важно по двум обстоятельствам: во-первых, для установки правильного диагноза и первопричин заболевания – ведь от этого во многом зависит эффективность лечения, и во-вторых, для выявления противопоказаний. К сожалению, квалифицированная медицинская помощь доступна не всем, кто-то просто потерял веру в официальную медицину, поэтому иногда люди занимаются самолечением. Такова реальность, а значит, необходимо сделать акцент на наиболее важных аспектах витафонотерапии, на показаниях и противопоказаниях к применению аппарата.

Показания к применению витафонотерапии

Аппарат изначально был создан для лечения последствий травмы. Но по мере его использования диапазон заболеваний, поддающихся излечению витафонотерапией, расширялся. И это естественный процесс. Копится опыт, выясняются достоинства и недостатки аппарата, и к настоящему времени уже определились показания и противопоказания к применению виброакустического воздействия. Не

подлежит сомнению, что в дальнейшем список патологических состояний, при которых «Витафон» оказывает положительный эффект, будет продолжен.

1. Остеохондроз, радикулит.
2. Болезни суставов, артрит, ревматоидный полиартрит.
3. Гипертоническая болезнь, в том числе почечного происхождения.
4. Простатит.
5. Импотенция.
6. Доброкачественная гиперплазия (аденома) предстательной железы.
7. Воспаление придатков яичек.
8. Бесплодие вследствие непрохождения семявыводящих путей воспалительного происхождения.
9. Цистит.
10. Энурез, энкопрез, хронический колит.
11. Хронический пиелонефрит.
12. Геморрой.
13. Запор.
14. Гайморит.
15. Ринит (насморк).
16. Тонзиллит (ангина).
17. Бронхит.
18. Бронхиальная астма.
19. Бессонница.
20. Воспаление среднего уха.
21. Нейросенсорная тугоухость.
22. Переломы костей.
23. Последствия травмы позвоночника.
24. Последствия ДЦП и вялые параличи.
25. Последствия искривления позвоночника.
26. Отек тканей, гематома, ушиб, фурункул, карбункул, юношеские угри.
27. Раны, послеоперационные рубцы.
28. Вывихи, растяжения мышц и связок.
29. Ожоги кожных покровов.
30. Отморожение.
31. Мозоли.
32. Трофическая язва.
33. Болезни зубов — периодонтит, стоматит, пародонтоз.
34. Хронический гастродуоденит.

35. Нарушение менструального цикла.
36. Серозный мастит, явления лактостаза,

а также:

37. Для косметических целей.
38. Для восстановления и развития голоса.
39. Для снятия усталости.
40. В процессе тренировок спортсменов.
41. Для профилактики заболеваний.

Наряду с перечислением заболеваний, при которых показано применение «Витафона», уместными будут следующие рекомендации:

◆ Применять витафонотерапию при черепно-мозговых травмах можно только при согласовании с врачом-специалистом и под его контролем.

◆ Не спешите выздороветь за один-два дня и не игнорируйте рекомендуемые методики лечения. Время процедур следует увеличивать постепенно.

◆ Если не установлен точный диагноз, есть вопросы и сомнения, проконсультируйтесь с врачом-специалистом до начала лечения.

Противопоказания к витафонотерапии

- ◆ Лечение злокачественных новообразований.
- ◆ Беременность.
- ◆ Воздействие на область тромбофлебита.
- ◆ Выраженный атеросклероз.
- ◆ Острые инфекционные заболевания, высокая температура.
- ◆ Воздействие на области имплантированных стимуляторов деятельности органов.
- ◆ Установка виброфонов непосредственно на область сердца.

Время проведения процедур

Обычно процедуры проводят вечером, перед сном, потому что по-другому не получается. Но если у вас есть возможность и вы хотите достичь максимального лечебного эффекта, воспользуйтесь следующими правилами.

В сочетании с лекарственной терапией фоноирование проводят в момент максимума концентрации лекарства в крови: через 40-60 минут после приема таблеток или микстур, через 5-15 минут после инъекций и через 2-4 часа после наложения мазей. После применения спиртового раствора йода фоноирование проводят сразу, и в течение 16 часов эту область не рекомендуется мыть.

Действие «Витафона» сохраняется в течение 4-6 часов. Максимальное количество процедур в сутки — три. Если речь идет о поддержании кровоснабжения нервных волокон, обеспечивающих иннервацию органа, который подвергается лечению, то оптимальное время проведения процедуры — за 40-60 минут до максимума суточной активности данного органа. Иногда требуется постоянно поддерживать кровоснабжение нервных волокон — в таких случаях проводят 2-3 процедуры в день.

Продолжительность процедур

У всех людей чувствительность к микровибрации разная, поэтому продолжительность первых процедур должна быть небольшой, затем ее можно постепенно увеличивать. Этот принцип нарушать не рекомендуется, все равно лечение этим не ускорить. Уже несколько минут фоноирования обеспечивают улучшение кровотока. Несколько коротких процедур в день эффективнее, чем одна длительная. Процедуры иногда можно пропускать, это лишь немного увеличит срок лечения. Восстановление нарушений — это нагрузка на организм. Во избежание перегрузок время одной процедуры не должно превышать 50 минут, суммарное время воздействия за сутки — не более 2 часов.

Выбор режима

В режимах 1 и 3 мощность воздействия одинакова и минимальна, в режимах 2 и 4 — одинакова и максимальна (примерно вдвое больше, чем в режиме 1). В режимах 3 и 4 частота воздействия дополнительно модулируется с периодом около 1 секунды (пульсовые режимы). При выборе режима также используется принцип постепенности: первые

процедуры, как правило, проводят в режиме 1. Перед началом фонирования необходимо проверить установленный режим — он должен соответствовать рекомендованному при данных заболевании и процедуре.

Установка виброфонов

Для лечения очень важно, чтобы виброфоны были установлены правильно. Области их установки, ориентированные относительно конкретных частей тела, обозначены буквами на цветной наклейке (см. с. 64). Радиус действия «Витафона» — около 7 сантиметров, ошибка в 1-2 сантиметра при установке не страшна. Гораздо важнее выбрать ровное место, чтобы между мембраной и телом не было щели — микровибрация через воздух передается плохо. Виброфоны должны плотно, но без усилия прилегать к телу в обозначенных областях. Критерием правильности установки служит максимальное ощущение микровибрации на самой низкой частоте.

Во время процедуры виброфоны не двигают. При воздействии со стороны спины удобнее проводить сеанс, лежа на спине на мягкой подстилке. Если матрас жесткий, то достаточно подложить ватное одеяло в один слой или шерстяное в два слоя. Виброфоны просто подкладывают под спину в выбранной области мембранами к телу.

На лице и со стороны груди виброфоны обычно придерживают руками. На конечностях и в области шеи удобнее воспользоваться эластичным бинтом. При лечении суставов рук и ног рекомендуется устанавливать виброфоны под углом 90 градусов друг к другу, но это требование не обязательное. Угол может составлять от 60 до 120 градусов. Нежелательно размещать виброфоны напротив друг друга, так как при этом положении звуковые колебания могут взаимоуничтожаться.

Ощущения

Во время процедуры ощущения либо отсутствуют, либо наблюдается приятное чувство тепла и вибрации. При хронических заболеваниях иногда возникает усиление болезненных ощущений. Надо отметить, что обострение при

лечении хронических болезней неизбежно и свидетельствует о положительных изменениях в ходе болезни. Однако усиления собственно болезненных ощущений можно избежать, если дозу лечебного воздействия увеличивать постепенно и применять, если требуется, противовоспалительные или бактерицидные препараты, например йод. К сожалению, больные иногда игнорируют рекомендации и не пользуются йодом или другими более эффективными противовоспалительными средствами. Нередко у людей просто нет денег на лекарства. Но даже применение необходимых медикаментов еще не может гарантировать, что лечение пройдет без обострения болезненных ощущений, ибо каждый организм индивидуален.

Обострения, которое обычно наступает на 4-7-е сутки после начала фониования, пугаться не надо — оно должно пройти через 10-14 дней. Можно попробовать уменьшить длительность процедур и проконсультироваться с врачом относительно дозы лекарственных препаратов. Если обострение не проходит через две недели, то следует пройти более глубокое обследование. Перед лечением любой хронической болезни рекомендуется провести профилактический курс витафонотерапии на область почек и соответствующий иннервации больного органа отдел позвоночника. В этом случае эффективность лечения значительно возрастет.

Йод в витафонотерапии

Нас часто спрашивают, зачем при лечении «Витафоном» применяется йод. Иногда врачи даже подшучивают: мол, всю страну йодом вымазали. Однако не возражают, поскольку йод — одно из древнейших лекарственных средств. Он является важнейшим компонентом иммунной системы человека. С участием йодосодержащих соединений в щитовидной железе происходит обеззараживание крови. Дефицит йода приводит к увеличению щитовидной железы (происходит компенсационная адаптация). При восполнении дефицита йода она уменьшается до нормы. Спиртовой раствор йода — простое противовоспалительное и антисептическое средство, которое с давних времен применяется при лечении травм, обработки кожи перед операцией. Флакончик с йодом должен быть в каждой аптечке. Йодосодержащие препараты употреб-

ляют и при радиоактивном заражении — чтобы насытить организм нормальным йодом. В случае его дефицита организм может захватить радиоактивный изотоп йода, который для организма вреден.

Большинство хорошо переносят йод. Однако, хотя и редко, но встречаются люди с аллергией на него. Таким больным йод противопоказан, они должны пользоваться другими противовоспалительными средствами.

«Витафон» хоть и эффективное средство, но не панацея. Когда необходимы лекарства, их надо применять. Но многие больные из-за отсутствия денег не могут позволить себе купить дорогие лекарства и вынужденно пользуются только «Витафоном». Йод же доступен всегда. Поэтому во всех случаях, когда есть хотя бы подозрения на воспалительный процесс и нет средств на более эффективные противовоспалительные препараты, применение 3-5%-го раствора йода обязательно.

Поскольку йод усваивается плохо, то для того, чтобы хоть часть его поступала в кровь, приходится смазывать им значительные площади. Обычно смазывают либо область воспаления, либо, если она недоступна, область живота — как зону с хорошей всасываемостью (при хорошей переносимости смазывают площадь в две свои ладони). Йодную процедуру проводят один раз в день ежедневно до тех пор, пока за сутки след йода не перестанет исчезать. Обычно это 4-7 дней. Цикл таких процедур называется йодной профилактикой.

Сроки лечения

Как скоро можно рассчитывать на выздоровление? Вопрос этот не имеет однозначного ответа. Все зависит от количества и характера накопившихся изменений. Ожог 1-2-й степени, зарождающийся насморк, свежий ушиб — если за эти нарушения взяться немедленно, то можно вовсе предотвратить болезненные проявления. В то же время простой перелом даже с «Витафоном» быстрее чем за две недели не срастется. Чем больше нарушений, тем дольше будет длиться лечение. Больной, ходивший на костылях из-за артроза, ни после какой-либо процедуры, ни после сеанса черной или белой магии сразу не выздоровеет. Его можно с помощью внушения заставить забыть о боли, и он пару

часов походит без костылей, но последствия такого трюка будут плачевны. Потому что боль ограничивает количество возможных нарушений при ходьбе. Забыв о боли, можно так сильно повредить сустав, что уже через день даже на костылях больной не в состоянии будет ходить совсем. Чудес не бывает. Скорость регенерации в организме ограничена. С возрастом и при некоторых заболеваниях она снижается. Когда мы говорим, что «Витафон» восстанавливает проводимость нервных волокон за одну-две процедуры, то это еще не означает выздоровления. С восстановлением управления функцией органа выздоровление только начинается. Восстановление иннервации — это необходимое условие для успешного лечения. Чем дольше была нарушена иннервация, тем больше накопилось дефектов в организме и тем продолжительнее будет лечение.

Иногда после проведенного курса витафонотерапии у больного никакого улучшения самочувствия не наступает. Обычно это происходит в тех случаях, когда первопричина болезни установлена неточно, либо не все заболевания выявлены, либо время лечения оказалось недостаточным. Ведь скорость восстановительных процессов в организме ограничена, и иногда больному необходимо пройти несколько курсов лечения, прежде чем он почувствует улучшение.

Очень сложно диагностировать нарушения в позвоночнике, но очень часто именно там скрыта причина заболевания. Поэтому, если после проведенных сеансов витафонотерапии у вас не наблюдается никаких изменений, рекомендуется уточнить диагноз, проверить, насколько точно соблюдается методика лечения, и выполнить профилактический курс лечения соответствующего отдела позвоночника.

Типовой курс лечения — две недели. Обычно при многолетних хронических болезнях существенное улучшение достигается через три-четыре месяца. Практика применения «Витафона» показывает, что при периодическом применении аппарата улучшения продолжают в течение двух лет.

Обычно при проведении медицинских испытаний ожидают получить эффект за одну или две недели. Но для хронических болезней это очень маленький срок, поэтому заключения в медицинских отчетах хоть и положительные, но выглядят довольно скромно по сравнению с результатами, о которых мы узнаем из писем.

☒ *Уважаемые товарищи!*

В ноябре месяце 1996 года я купил в аптеке «Витафон» в надежде вылечить простатит. Когда ознакомился с инструкцией по его применению, немножко растерялся. Не верилось, что им можно вылечить многие заболевания.

С началом пользования «Витафоном» после I и II курса сразу я улучшения не почувствовал, но и ухудшения не было. Приблизительно через 4-5 месяцев, то есть 4-5 курсов, я почувствовал улучшение здоровья. Сейчас пользуюсь «Витафоном» только в целях профилактики, как рекомендует инструкция. А об аденоме перестал даже думать. (А лечащий врач обещал мне скорую операцию.)

Моя жена полностью вылечила гайморит, который беспокоил ее многие годы.

Этот прибор помогает избавиться и от радикулита — испытано и опробовано мною и членами моей семьи.

Спасибо всем, кто его изобрел и изготовил.

Мне 75 лет. Я пенсионер, участник ВОВ, инвалид II группы.

*Иван Иванович Г.,
Краснодарский кр., г. Армавир*

☒ *Здравствуйте, уважаемый тов. В. А. Федоров!*

Пользуюсь вашим аппаратом «Витафон» почти 2 года. Вернее, вся моя семья (3 человека) + семья соседей (2 человека). Аппарат хорошо помогает при остеохондрозах, переломах, ушибах, вывихах, растяжениях, гайморите, рините и т. д. Особенно он хорош для нас — пенсионеров и инвалидов: не надо обивать больничные пороги, стоять в длинных очередях, глотать эти пилюли до бесконечности. Короче, «Витафон» — домашний доктор. Спасибо вам за это чудо.

*Б. В. А., инвалид II группы,
Тверская обл., г. Осташков*

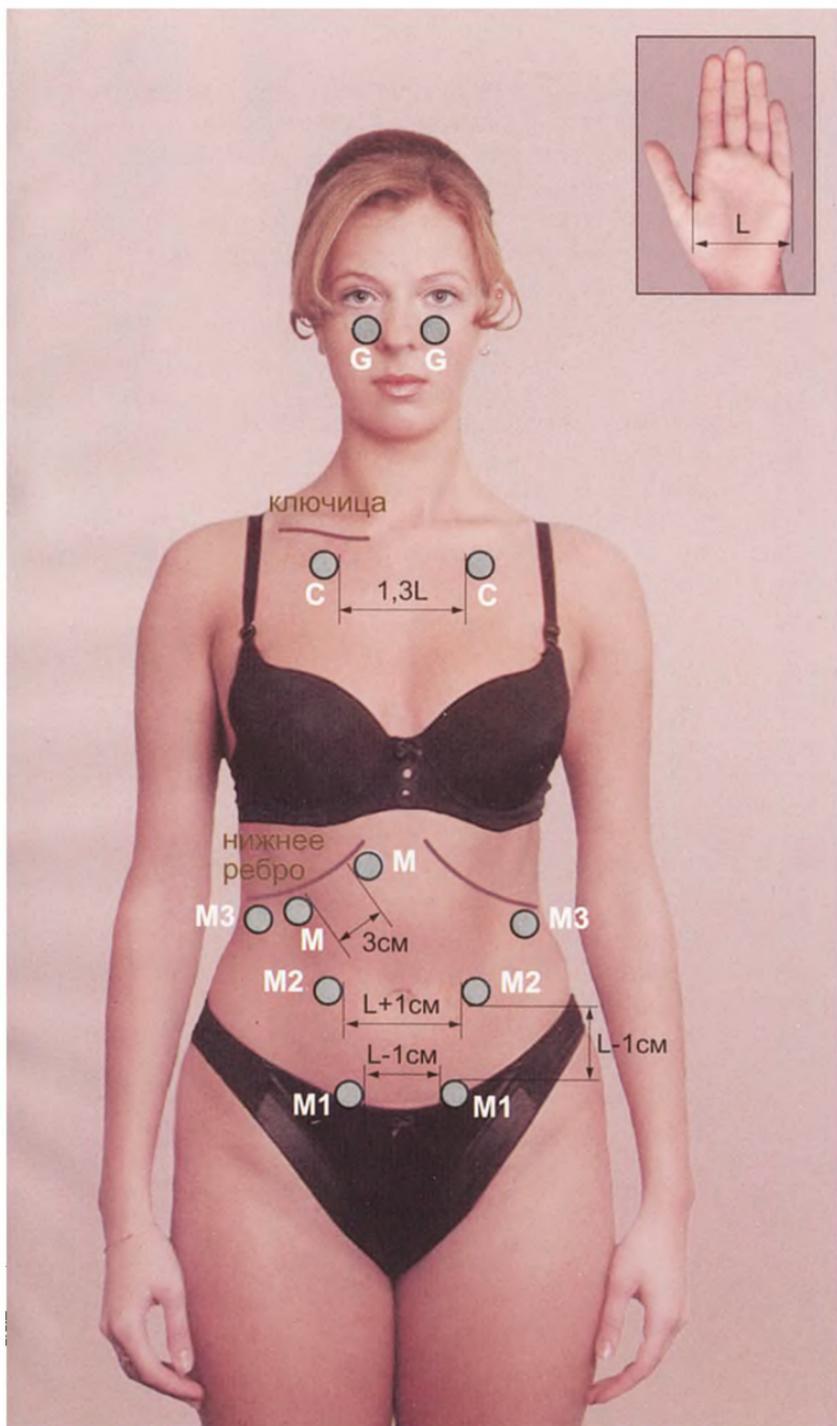
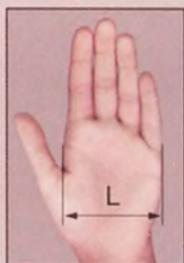
☒ *Уважаемые производители «Витафона»!*

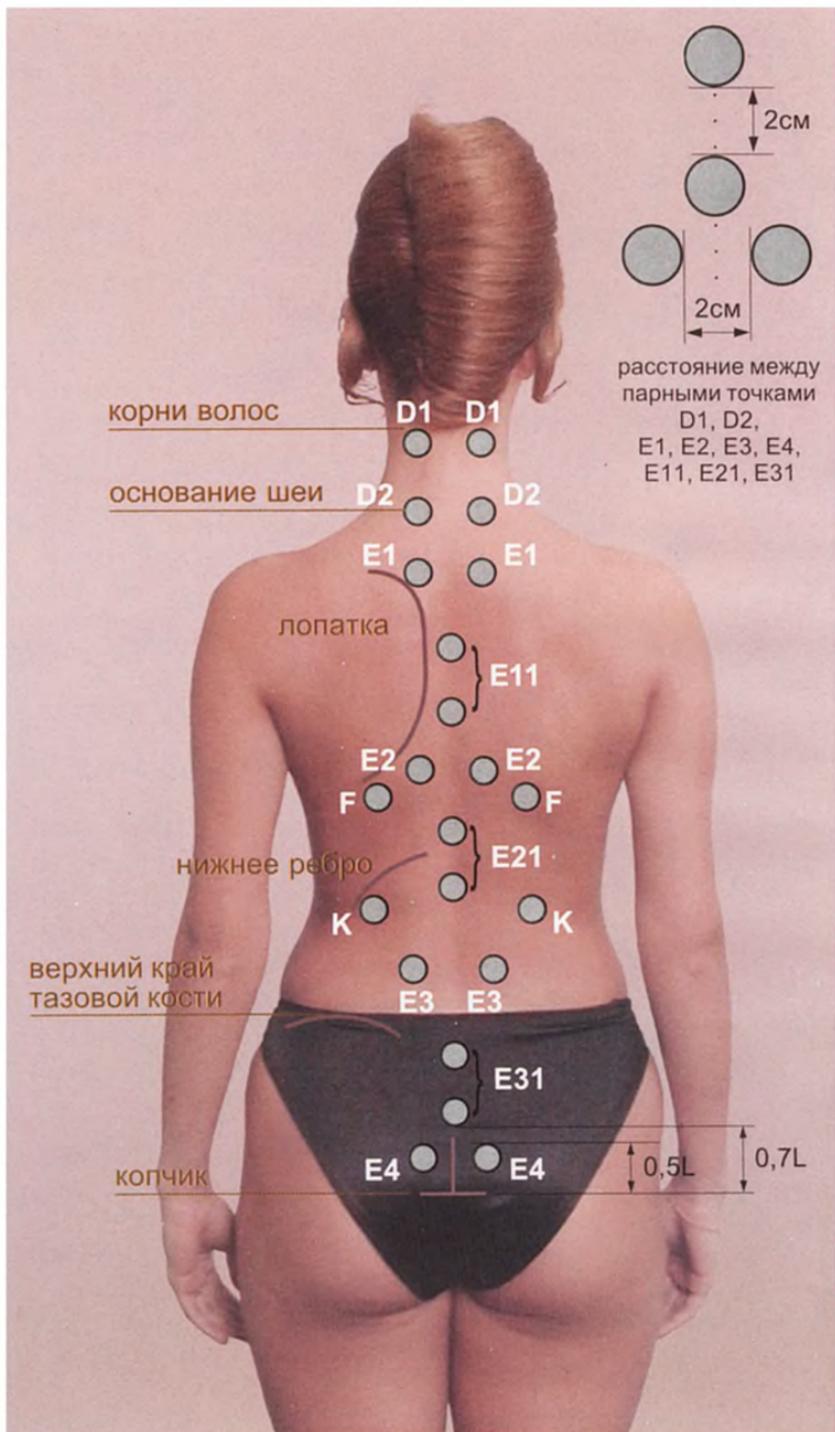
Обращаюсь к вам с большой просьбой. Пришлите мне, пожалуйста, новую, расширенную инструкцию к последней серии «Витафона». Обращалась в наши торгующие «Витафоном» организации, и везде один от-

вет: у них нет лишних инструкций. Пользуюсь прибором с декабря 1996 года. Он мне стал другом, товарищем и братом. Никуда не выезжаю без него, он мне помог преодолеть сильные боли в коленях, снизить давление. Сейчас лечу тугоухость нейросенсорную. Мне 68 лет, и я надеюсь, что еще не один год я проживу с «Витафоном».

*С уважением, Галина Ивановна Б.,
г. Калининград*

Каков предел восстановления организма при лечении с использованием «Витафона», пока не известно. Что совершенно ясно — возможности аппарата огромны, но в лечении требуются настойчивость и терпение. По «щучьему велению» ничего не получается. Лишь немногие болезни сдаются за один курс. Реальный срок лечения во многом зависит от того, сколько процедур делается в сутки. Лечебный эффект пропорционален суммарному времени проведенных процедур. Но не до бесконечности. Последствие «Витафона» сохраняется в течение примерно 4-6 часов, поэтому 3 процедуры в сутки дают максимально возможный эффект. Есть и ограничения на суммарное время воздействия «Витафоном» на каждую область. Они обусловлены тем, что лечебный процесс — это нагрузка для организма, перегружать его нельзя. Лучше лечиться постепенно, чтобы не создавать даже временный дискомфорт. Поэтому во всех предлагаемых схемах лечебная доза увеличивается постепенно, чтобы организм настроился на интенсивное лечение. Критерий оптимальности — самочувствие и жизненный тонус.





РОЛЬ ПОЗВОНОЧНИКА В ВОЗНИКНОВЕНИИ ЗАБОЛЕВАНИЙ

✉ *Уважаемые создатели
чудесного домашнего доктора «Витафон»!*

Хочу выразить в своем письме сердечную благодарность всем, кто дарит людям здоровье. Мы купили «Витафон» перед Новым годом, и за короткое время лечения «Витафоном» я почувствовала, как болезнь отступает. А болезнь, как и у многих, — остеохондроз. Были адские боли ночами, немели руки, не могла держать спицы. Вообще в моем организме многое изменилось, как будто легче стало дышать, и, несмотря на мой избыточный вес, я легко стала себя чувствовать.

*Надежда Михайловна К.,
Владимирская обл.*

Пожалуй, ни одна система человеческого организма не играет столь важной роли в состоянии нашего здоровья, надеждах на долгую активную жизнь, как позвоночник. В старые времена любой струнный музыкальный инструмент делался для каждого музыканта сугубо индивидуально: перед началом работы мастер снимал с будущего хозяина инструмента мерку, чтобы узнать длину его позвоночника. Этот-то параметр — мензура — и ложился в основу соотношения размеров частей будущей скрипки, виолончели, гитары.

Непревзойденный мастер фламенко Пако де Лусия играет на гитаре, специально сделанной для него его дедом, музыкальных дел мастером. «Я, конечно, могу сыграть и на любой другой гитаре, — говорит де Лусия, — только это будет уже не настоящее фламенко...»

Позвоночник является своеобразной осью тела человека. Верхним концом он соединяется с черепом, нижним — с костями таза. Позвоночник включает 33-34 позвонка, каж-

дый из которых состоит из тела, дуги и отростков. Выделяют шейный (7 позвонков), грудной (12 позвонков), крестцовый (5 позвонков) и копчиковый (4-5 позвонков) отделы позвоночника. Позвонки шейного, грудного и поясничного отделов соединены между собой с помощью межпозвоноковых хрящей (дисков), связок и суставов. Амплитуда движений между двумя позвонками невелика, но в целом эти отделы обладают значительной подвижностью. Грудные позвонки сочленяются с ребрами и вместе с грудиной образуют грудную клетку.

Внутри позвонка имеется отверстие, в совокупности эти отверстия образуют позвоночный канал, в котором находится спинной мозг (см. рис. 3, с. 72). Между каждой парой позвонков располагаются отверстия, через которые проходят отходящие от спинного мозга спинномозговые нервы. Каждый нерв начинается двумя корешками: передним и задним. По чувствительным задним корешкам в спинной мозг поступает информация о состоянии различных систем и органов. Через передние двигательные корешки нервные сигналы идут от спинного мозга к мышцам и другим органам. Всего по длине тела располагается 31 пара корешков: 8 шейных, 12 грудных, 5 поясничных, 5 крестцовых и 1 копчиковая. Оба корешка по выходе из мозга сливаются в один нерв.

Таким образом, существует 31 пара смешанных – чувствительных и двигательных – спинномозговых нервов, каждая из которых иннервирует определенный орган или часть тела (рис. 2). От состояния этих нервов, от их кровоснабжения зависит очень многое: сердечный ритм, сосудистая регуляция, моторная деятельность желудочно-кишечного тракта, тонус желчевыводящих протоков и мочеточников, секреция желез — то есть деятельность всех органов и систем.

Особая форма позвоночника защищает головной и спинной мозг от сотрясений и травмирования. Здоровый позвоночник позволяет каждому спинномозговому нерву нормально функционировать, а значит, всему организму жить полноценной жизнью. Именно поэтому очень важно, чтобы у ребенка была правильная осанка. Если же позвоночник ослаблен, искривлен, если расстояния между отдельными позвонками укорочены или имеется какая-либо другая патология, то нервные волокна оказываются сдавленными, их кровоснабжение нарушается, а это в свою очередь приво-

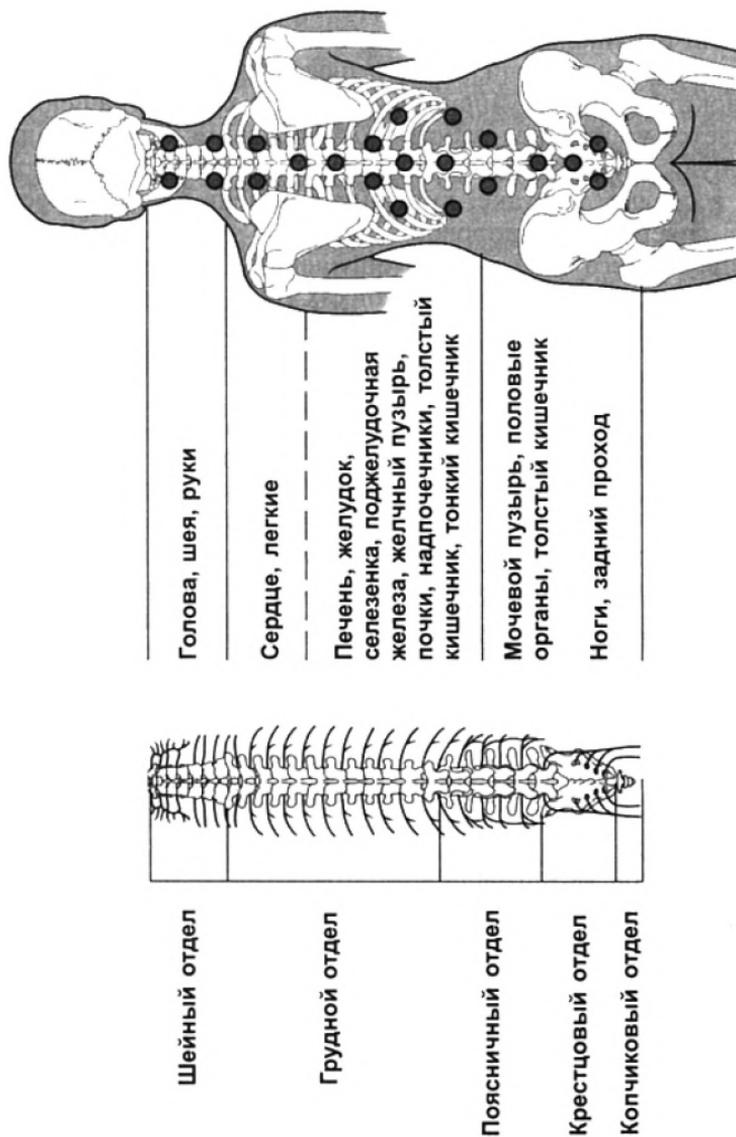


Рис. 2. Спинномозговые нервы, иннервирующие органы и части тела

дит к нарушению их функции как принимать и проводить информацию, так и передавать команды мышцам и внутренним органам. Иначе говоря, происходит нарушение нервной регуляции систем организма.

Если нарушения произошли в шейных позвонках, возникают головные боли, боли в шее, в руках, начинаются головокружения, ухудшается мозговое кровообращение, снижается умственная работоспособность. Если изменения затронули грудные позвонки, нашими гостями становятся боли в сердце, желудке, кишечнике. Очень часто человек лечит совершенно здоровое сердце, не подозревая даже, что причина его болезненных ощущений – в позвоночнике. Нарушения в поясничных позвонках грозят болями в пояснице и ногах, болевой судорогой сводит икры, возникают проблемы с мочевым пузырем, предстательной железой, гинекологические и другие заболевания.

Бывают и такие повреждения в позвоночнике, которые сами по себе не вызывают боли, но приводят к серьезным нарушениям в деятельности различных органов. В зависимости от того, какое именно нервное волокно оказалось сдавленным, в организме возникают нарушения в работе желудка, печени, вегетососудистая дистония, хронические заболевания лор-органов, болезни мочеполовой системы. Нарушения в позвоночнике могут приводить к заболеваниям практически всех органов. Это, конечно, не единственная причина болезней, но если не устранить нарушения в позвоночнике, то шансов на выздоровление становится очень мало.

Каковы бы ни были нарушения в позвоночнике, все наши усилия должны быть направлены на восстановление и поддержание кровоснабжения нервных волокон. Когда позвоночник здоров, межпозвоночные отверстия достаточно велики, нервам ничто не угрожает практически при любых движениях туловища. Однако если эти движения сопровождаются запредельной физической нагрузкой (поднятием очень большого веса), то в самом нагруженном позвонке могут произойти определенные нарушения: травмирование и сдавливание нервного волокна, нарушение кровоснабжения и уменьшение упругости межпозвоночных дисков. Может наблюдаться даже их смещение (грыжа межпозвоночных дисков). Смещенный межпозвоночный диск может оказывать давление на спинной мозг, что очень опасно и требует тща-

тельной диагностики и специального лечения. Если в силу каких-либо причин мышцы ослаблены или утомлены из-за длительного удержания не очень удобной позы, то неприятности могут случиться и при относительно небольших физических нагрузках.

С каждой новой перегрузкой повреждения в позвоночнике увеличиваются, и в течение жизни количество нарушений постепенно накапливается. В местах ушибов, травм, перегрузок такие нарушения копятся быстрее, и именно здесь в первую очередь возникнут проблемы. За годы межпозвонковые отверстия сужаются — в них откладываются соединения кальция, не усвоенного костной тканью из-за ухудшения костного кровоснабжения. Этот процесс называют остеохондрозом. Поверхность позвонков становится неровной, покрывается шипами, что увеличивает вероятность сдавливания и травмирования нервов. В результате травмирования может развиваться воспалительный процесс (радикулит) и образоваться отек, который еще больше сдавливает нервы.

В пожилом возрасте нарушений накапливается столько, что нервные волокна оказываются сдавленными практически постоянно. Теперь уже даже простые движения могут вызвать травмирование нервных волокон. С этого момента количество заболеваний начинает неуклонно расти. Правы были восточные мудрецы, утверждавшие, что «человек настолько молод и здоров, насколько гибок и здоров его позвоночник». Существует и еще одна народная мудрость: «Если у вас много болезней, это болен ваш позвоночник».

Целью применения «Витафона» при лечении позвоночника является:

1. Увеличение кровоснабжения мышц для снятия перенапряжения и улучшения балансировки позвоночника.
2. Снятие мышечных болей, возникших вследствие перегрузки.
3. Восстановление и поддержание кровоснабжения нервных волокон, находящихся в сдавленном состоянии.
4. Увеличение эластичности межпозвонковых дисков за счет улучшения их кровоснабжения.
5. Снятие отека.
6. Рассасывание отложений солей.

Слабые мышцы спины и их замедленная реакция часто являются причинами возникновения нарушений в позво-

ночнике. Поэтому перед каждой вынужденной физической нагрузкой на позвоночник и после нее, до и после физических упражнений, направленных на укрепление мышц спины, целесообразно при возможности провести процедуру витафонотерапии по схеме 1.

Если в результате перегрузки появились боли в спине, но никаких других нарушений не возникло (и не было ранее), то такие мышечные боли могут пройти после 1-2 воздействий «Витафоном». Однако, чтобы не было остаточных явлений, необходимо пройти полный курс витафонотерапии по схеме 2. Сам факт появления этих болей свидетельствует о том, что мускулатура позвоночника слаба и ее необходимо тренировать или по крайней мере ограничить нагрузки.

Существует множество упражнений для позвоночника. Оптимальный для вас комплекс вам посоветует врач. Физкультурой следует заниматься только в стадии ремиссии, когда нет воспалительного процесса и болезненных ощущений. Помните, что для позвоночника опасны все резкие движения (особенно с поднятием тяжестей), вращательные движения «до упора» и наклоны назад — они сужают просвет для нервного волокна (рис. 3). Объем движений следует увеличивать постепенно и никогда не допускать предельных наклонов и вращений. Цель упражнений — тренировать мышцы, а не разраба-

Схема 1

Профилактические процедуры «Витафоном» при физических нагрузках

Время начала процедуры	Области перегруженных мышц		Процедуры проводят в положении лежа. При весе более 80 кг используется режим 2. Виброфоны устанавливают симметрично на левую и правую группу мышц. За один сеанс воздействуют не более чем на две парные области.
	Режим	Время на каждую область, мин	
За 40 минут до нагрузки	1	10	
Через 1-4 часа после нагрузки	1	10	

Применение «Витафона» для снятия приступов мышечной боли, возникшей вследствие перегрузки

	День	Области перегруженных мышц		Процедуры проводят в положении лежа. При весе более 80 кг используется режим 2. Виброфоны устанавливаются симметрично на левую и правую группу мышц. За один сеанс воздействуют не более чем на две парные области.
		Режим	Время на каждую область, мин	
1	Сразу после перегрузки	1	7	
	Через 4 часа после первой процедуры	1	10	
2	Утро	1	10	
	Вечер	1	7	
3	Утро	1	5	
	Вечер	1	5	

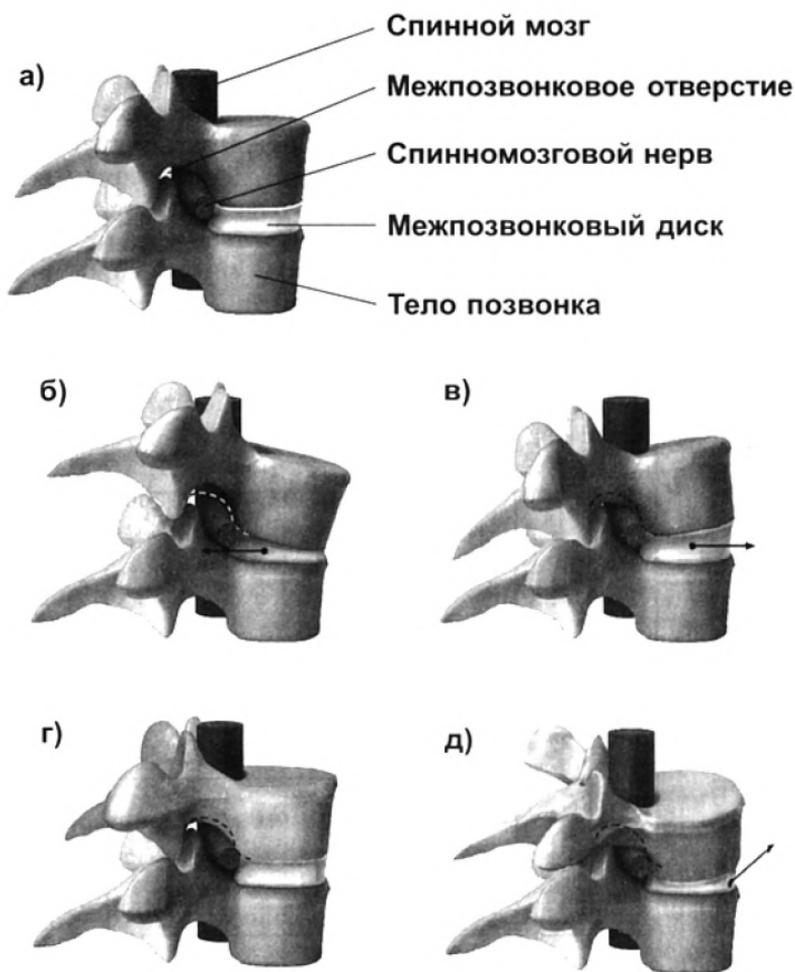


Рис. 3. Деформации позвонков при различных движениях туловища

a — нормальное положение позвонка; *б* — увеличение межпозвонкового отверстия при **наклоне вперед**. Появление сдвигового усилия на межпозвонковый диск в направлении спинного мозга; *в* — уменьшение межпозвонкового отверстия при **наклоне назад**. Появление сдвигового усилия на межпозвонковый диск в направлении от спинного мозга; *г* — уменьшение межпозвонкового отверстия при **повороте туловища**; *д* — уменьшение межпозвонкового отверстия при **наклоне вбок**. Появление сдвигового усилия на межпозвонковый диск в сторону от спинного мозга

тывать суставы. Для уменьшения риска повреждений при занятиях физкультурой рекомендуется воздействие «Витафоном» за 40 минут до занятий и через 1-4 часа после них. Не следует тренировать одновременно все мышцы, лучше выбрать сначала самые ответственные и именно для них проводить процедуры витафонотерапии.

Как уже отмечалось, кроме болей, в позвоночнике могут развиваться такие патологические состояния, как грыжа межпозвонковых дисков, радикулиты, отеки. В каждом конкретном случае определить весь комплекс нарушений весьма непросто, для этого необходима не только достаточная квалификация врача, но и специальная аппаратура. При составлении программы лечения особенно важно учитывать вероятность воспалительного процесса. Если есть малейшая вероятность его возникновения, «Витафон» следует использовать только в сочетании с противовоспалительными средствами. Простейшим противовоспалительным препаратом является йод. Перед применением «Витафона» достаточно просто смазать болезненную область раствором йода. В то же время следует помнить, что прибегать к сильнодействующим обезболивающим препаратам без согласования с врачом нежелательно, так как боль – индикатор нарушений. Игнорирование боли или ее уменьшение лишь создаст дополнительные проблемы в будущем.

Для восстановления кровоснабжения сдавленных нервных волокон, для снятия отека, для рассасывания солей и увеличения эластичности межпозвонковых дисков используется одна и та же схема витафонотерапии. Она включается в состав комплексного лечения соответствующего отдела позвоночника или какого-нибудь органа. В комплекс входят также процедуры воздействия «Витафоном» на область К и при необходимости противовоспалительные препараты.

Увеличение кровоснабжения в межпозвонковых дисках ускоряет процессы восстановления в них, что увеличивает их эластичность и способствует расширению межпозвонковых отверстий. Это в свою очередь улучшает условия функционирования нервных волокон. Часть отложений солей в виде соединений кальция рассасывается в костной ткани, одновременно увеличивая ее плотность и сглаживая поверхность. Кальциевые компоненты (в просторечии — отложения солей) и образовали наросты лишь потому, что

не были усвоены костной тканью из-за плохого кровоснабжения. В то же время следует помнить, что часть солей и дополнительное количество продуктов регенерации (шлаков) уходит вместе с кровью, создавая повышенную нагрузку на почки. Именно поэтому в комплекс лечения обязательно включается витафонотерапия почек. Если при этом в самих почках имеется какой-либо воспалительный процесс (например, пиелонефрит), то целесообразно наряду с фонированием позвоночника уделять серьезное внимание одновременно медикаментозному лечению почек.

Рассасывание солей и восстановление эластичности межпозвонковых дисков идет достаточно медленно. Для радикального улучшения процедуры необходимо проводить в течение 2-3 месяцев. При терпеливом лечении можно добиться увеличения межпозвонкового отверстия и сглаживания его поверхности, что уменьшает вероятность травмирования и сдавливания нервных волокон. При ежегодной профилактике лечебный эффект накапливается, без применения «Витафона» процесс идет в сторону деградации.

К сожалению, большинство больных, получив облегчение, прекращают делать процедуры витафонотерапии. Есть и другие трудности, мешающие провести полный курс лечения: отсутствие заметного эффекта на первом этапе, чувство выздоровления после снятия болезненных ощущений, а также большое количество проблем со здоровьем. Лечить сразу все нельзя — слишком велика нагрузка на организм. Приходится делать это поэтапно — начиная с самых серьезных болезней. Люди торопятся и, почувствовав улучшение в одном, берутся за следующую болячку. Однако позвоночнику стоит уделить особое внимание. Когда он станет здоровым, часть проблем исчезнет сама собой.

Иногда нарушения в позвоночнике настолько велики, что становятся необратимыми. В таких случаях освободить нервные волокна от сдавливания уже невозможно и остается лишь поддерживать их кровоснабжение на приемлемом уровне периодическими процедурами витафонотерапии. Процедуры проводят в режиме 1 по 2-3 минуты утром и вечером на области необратимых изменений позвоночника.

Профилактику заболеваний позвоночника лучше начинать, когда еще нет приступов и острых болей при простых движениях. В первую очередь фонированию подвергаются те участки

позвоночника, где на протяжении жизни были травмы или ушибы. Если таковых не было, то сначала воздействуют на наиболее важный — шейный отдел (схема 3). Затем можно приступить к фонированию поясничного или пояснично-крестцового отделов (схемы 4, 5), и лишь после этого — к воздействию на грудной отдел (схема 6). Не рекомендуется фонировать одновременно несколько отделов позвоночника. Суммарное время воздействия на позвоночник должно быть не более 20 минут и не должно превышать времени воздействия на область К.

Если лечение начинают, когда случился острый приступ боли, то при мышечной боли, возникшей от перегрузки, можно воспользоваться схемой 2, а при острой форме радикулита следует действовать в соответствии со схемами 7—10.

При совместном лечении суставов и позвоночника необходимо соблюдать следующие правила. Суммарное время воздействия на суставы и позвоночник в течение одних суток не должно превышать времени фонирования области К. Длительность одной процедуры, проведенной на позвоночнике и суставе, должна быть не более 20 минут.

В процессе лечения позвоночника могут иметь место болезненные ощущения. Их появление объясняется тем, что восстановление кровоснабжения и проводимости нервных волокон позволяет болевым сигналам доходить до головного мозга. Этому не происходило ранее из-за выраженного нарушения кровоснабжения и потери чувствительности в месте заболевания.

Бывают случаи, когда человек нагнулся вперед, а разогнуться не может из-за сильной боли. Без посторонней помощи здесь не обойтись. Желательно смазать болезненное место раствором йода и очень легкими движениями растереть мышцы до появления шелестящего звука. Если под рукой есть «Витафон», то вместо растирания лучше осуществить виброакустическое воздействие в течение 1 минуты в режиме 1. Виброфоны желательно зафиксировать на болезненной области эластичным бинтом. Затем, не выключая «Витафон», надо попытаться очень плавно разогнуться. Разгибаться следует, когда «Витафон» работает на низких (бас) частотах. Если боль по-прежнему не позволяет этого сделать, надо выключить «Витафон» и подождать в наиболее удобной позе 5 минут. Далее снова включить «Витафон» на 1 минуту и, не выключая, снова попытаться выпрямиться. Превозмогать боль нельзя. Такие попытки можно повторить несколько раз.

Применение «Витафона» при профилактике заболеваний шейного отдела позвоночника

День	Область К		Область Е1		Область D1		Область D2	
	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин
1	Утро	—	—	—	—	—	—	—
	Вечер	1	1	2	1	2	1	2
2	Утро	1	1	3	1	2	1	2
	Вечер	1	1	4	1	3	1	3
3	Утро	2	1	5	1	4	1	4
	Вечер	2	1	5	1	4	1	4
4–18	Утро	2	1	6	1	5	1	5
	Вечер	2	1	6	1	5	1	5
19	Утро	2	1	5	1	4	1	4
	Вечер	2	1	5	1	4	1	4
20	Утро	1	1	4	1	3	1	3
	Вечер	1	1	3	1	2	1	2
21	Утро	—	—	—	—	—	—	—
	Вечер	1	1	2	1	2	1	2

Применение «Витафона» при профилактике заболеваний поясничного отдела позвоночника

День	Область К		Область Е21		Область Е3		Область Е31	
	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин
1	Утро	—	—	—	—	—	—	—
	Вечер	1	1	2	1	2	1	2
2	Утро	1	1	3	1	3	1	3
	Вечер	1	1	4	1	4	1	4
3	Утро	2	1	5	1	5	1	5
	Вечер	2	1	5	1	5	1	5
4-18	Утро	2	1	5	1	5	1	5
	Вечер	2	1	5	1	5	1	5
19	Утро	2	1	5	1	5	1	5
	Вечер	2	1	5	1	5	1	5
20	Утро	1	1	4	1	4	1	4
	Вечер	1	1	3	1	3	1	3
21	Утро	—	—	—	—	—	—	—
	Вечер	1	1	2	1	2	1	2

Применение «Витафона» при профилактике заболеваний пояснично-крестцового отдела позвоночника

День	Область К		Область Е3		Область Е31		Область Е4	
	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин
1	Утро	—	—	—	—	—	—	—
	Вечер	1	1	2	1	2	2	2
2	Утро	1	1	3	1	3	2	3
	Вечер	1	1	4	1	4	2	4
3	Утро	2	1	5	1	5	2	5
	Вечер	2	1	5	1	5	2	5
4-18	Утро	2	1	5	1	5	2	5
	Вечер	2	1	5	1	5	2	5
19	Утро	2	1	5	1	5	2	5
	Вечер	2	1	5	1	5	2	5
20	Утро	1	1	4	1	4	2	4
	Вечер	1	1	3	1	3	2	3
21	Утро	—	—	—	—	—	—	—
	Вечер	1	1	2	1	2	2	2

Применение «Витафона» при профилактике заболеваний грудного отдела позвоночника

1	2	3	4-18	19	20	21	Область К		Область Е11		Область Е2		Область Е21	
							Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин
1	Утро	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	Вечер	1	7	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	2
2	Утро	1	10	1	3	1	3	1	3	1	3	1	3	3
	Вечер	1	15	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	4
3	Утро	2	10	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	4
	Вечер	2	15	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	4
4-18	Утро	2	15	1	5	1	5	1	5	1	5	1	5	5
	Вечер	2	15	1	5	1	5	1	5	1	5	1	5	5
19	Утро	2	10	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	4
	Вечер	2	15	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	4
20	Утро	1	15	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	4
	Вечер	1	10	1	3	1	3	1	3	1	3	1	3	3
21	Утро	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	Вечер	1	7	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	2

Применение «Витафона» при лечении остеохондроза и радикулита шейного отдела позвоночника

День	Область К			Область D1		Область D2		Область E1	
	Режим	Время, мин		Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин
1	Утро	—	—	—	—	—	—	—	—
	Полдень	—	—	—	—	—	—	—	—
	Вечер	1	7	1	1	1	1	1	2
2	Утро	1	7	1	1	1	1	1	2
	Полдень	1	10	1	2	1	2	1	3
	Вечер	—	—	1	2	1	2	1	3
3	Утро	2	10	1	3	1	3	1	4
	Полдень	2	10	1	3	1	3	1	4
	Вечер	2	10	1	3	1	3	1	4
4-8	Утро	2	10	1	3	1	3	1	4
	Полдень	2	10	1	3	1	3	1	4
	Вечер	2	10	1	3	1	3	1	4

9	Утро	2	10	1	3	1	3	1	4
	Полдень	—	—	—	—	—	—	—	—
	Вечер	2	10	1	3	1	3	1	4
10	Утро	—	—	—	—	—	—	—	—
	Полдень	—	—	—	—	—	—	—	—
	Вечер	2	10	1	3	1	3	1	4

Применение «Витафона» при лечении остеохондроза и радикулита поясничного отдела позвоночника

День	Область К			Область Е21			Область Е3			Область Е31		
	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин
1	Утро	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	Полдень	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	Вечер	1	8	1	2	1	2	1	2	1	2	2
2	Утро	1	8	1	2	1	2	1	2	1	2	2
	Полдень	1	10	1	3	1	3	1	3	1	3	3
	Вечер	2	7	1	3	1	3	1	3	1	3	3
3	Утро	2	10	1	3	1	3	1	3	1	3	3
	Полдень	2	10	1	3	1	3	1	3	1	3	3
	Вечер	2	10	1	4	1	4	1	4	1	4	4
4-8	Утро	2	10	1	4	1	4	1	4	1	4	4
	Полдень	2	10	1	4	1	4	1	4	1	4	4
	Вечер	2	10	1	4	1	4	1	4	1	4	4

9	Утро	2	10	1	4	1	4	1	4
	Полдень	—	—	—	—	—	—	—	—
	Вечер	2	10	1	4	1	4	1	4
10	Утро	—	—	—	—	—	—	—	—
	Полдень	—	—	—	—	—	—	—	—
	Вечер	2	10	1	4	1	4	1	4

Применение «Витафона» при лечении остеохондроза и радикулита грудного отдела позвоночника

День	Область К		Область Е11		Область Е2		Область Е21	
	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин
1	—	—	—	—	—	—	—	—
	Утро		—	—	—	—	—	—
	Полдень		—	—	—	—	—	—
	Вечер	8	1	2	1	2	1	2
	Утро	8	1	2	1	2	1	2
	Полдень	10	1	3	1	3	1	3
2	Вечер	7	2	3	1	3	1	3
	Утро	10	2	3	1	3	1	3
	Полдень	10	2	3	1	3	1	3
3	Вечер	10	2	4	1	4	1	4
	Утро	10	2	4	1	4	1	4
	Полдень	10	2	4	1	4	1	4
4-8	Вечер	10	2	4	1	4	1	4
	Утро	10	2	4	1	4	1	4
	Полдень	10	2	4	1	4	1	4

9	Утро	2	10	1	4	1	4	1	4
	Полдень	—	—	—	—	—	—	—	—
	Вечер	2	10	1	4	1	4	1	4
10	Утро	—	—	—	—	—	—	—	—
	Полдень	—	—	—	—	—	—	—	—
	Вечер	2	10	1	4	1	4	1	4

**Применение «Витафона» при лечении остеохондроза и радикулита
пояснично-крестцового отдела позвоночника**

День	Область К			Область Е3			Область Е31			Область Е4		
	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин
1	Утро	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	Полдень	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	Вечер	1	8	1	2	1	2	1	2	2	2	2
2	Утро	1	8	1	2	1	2	1	2	2	2	2
	Полдень	1	10	1	3	1	3	1	3	2	2	3
	Вечер	2	7	1	3	1	3	1	3	2	2	3
3	Утро	2	10	1	3	1	3	1	3	2	2	3
	Полдень	2	10	1	3	1	3	1	3	2	2	3
	Вечер	2	10	1	4	1	4	1	4	2	2	4
4-8	Утро	2	10	1	4	1	4	1	4	2	2	4
	Полдень	2	10	1	4	1	4	1	4	2	2	4
	Вечер	2	10	1	4	1	4	1	4	2	2	4

9	Утро	2	10	1	4	1	4	2	4
	Полдень	—	—	—	—	—	—	—	—
	Вечер	2	10	1	4	1	4	2	4
10	Утро	—	—	—	—	—	—	—	—
	Полдень	—	—	—	—	—	—	—	—
	Вечер	2	10	1	4	1	4	2	4

ПОСЛЕДСТВИЯ ДЕТСКОГО ЦЕРЕБРАЛЬНОГО ПАРАЛИЧА

✉ *Уважаемый господин Федоров!*

Пишет Вам детский невропатолог из Республики Марий-Эл. Пользуясь аппаратом «Витафон», производимым Вашей фирмой, мне удалось получить интересные положительные клинические эффекты. На курс лечения была взята девочка 6 лет с диагнозом детский церебральный паралич, смешанный тетрапарез, гипертоническая форма с тяжелой задержкой психоречевого развития. До лечения девочка не ходила и не разговаривала. После десяти сеансов использования Вашего аппарата у ребенка появились первые осмысленные слоги, и ребенок три раза по 15 минут за сутки стал находиться в вертикальном положении.

*С уважением, Игорь Геннадьевич А., врач,
Республика Марий-Эл, г. Йошкар-Ола*

Основным осложнением детского церебрального паралича (ДЦП) является расстройство двигательной функции. Оно проявляется прежде всего нарушениями центральной регуляции мышечного тонуса (как произвольного, так и непроизвольного) и вторичными изменениями собственно мышечной ткани, заканчивающимися развитием контрактур (потери мышечных свойств).

Применение «Витафона» при лечении последствий ДЦП направлено на улучшение кровоснабжения головного и спинного мозга и уменьшение гипертонуса мышц. Вначале проводят первый и второй курсы лечения по схемам 11 и 12. При наличии положительного эффекта следует повторять первый и второй курсы лечения по схемам 11 и 12 в течение года, а при отсутствии положительных сдвигов необходимо перейти к третьему курсу по схеме 13. Если по-

явятся положительные сдвиги, следует продолжать выполнять первый, второй и третий курсы по схемам 11—13 в течение года. Если после выполнения всех трех курсов лечения никаких улучшений не наступает, то необходимо провести дополнительное обследование больного для внесения корректив в методику лечения.

Во время перерывов в фонировании позвоночника следует ежедневно 2 раза в день воздействовать на область контрагированных мышц, устанавливая виброфоны вдоль мышцы. Процедуру проводят в режиме 4 в течение 20-30 минут.

Применение «Витафона» при лечении последствий ДЦП. Курс 1

День	Область К Режим 2	Область D1 Режим 1	Область D2 Режим 1	Область E1 Режим 1	Область E11 Режим 1	Область E2 Режим 1	Область E21 Режим 1	Область E3 Режим 1	Область G Режим 1	Область A1* Режим 1
	Время, мин	Время, мин	Время, мин	Время, мин	Время, мин	Время, мин	Время, мин	Время, мин	Время, мин	Время, мин
1	5	5	—	—	—	—	—	—	—	—
2	10	—	5	—	—	—	—	—	4	4
3	10	5	—	5	—	—	—	—	—	—
4	10	—	—	—	5	—	—	—	6	6
5	10	5	—	—	—	5	—	—	—	—
6	10	—	—	—	—	—	5	—	8	8
7	10	5	—	—	—	—	—	5	—	—

Схема 11 (окончание)

День	Область К Режим 2	Область D1 Режим 1	Область D2 Режим 1	Область E1 Режим 1	Область E11 Режим 1	Область E2 Режим 1	Область E21 Режим 1	Область E3 Режим 1	Область G Режим 1	Область A1 Режим 1
	Время, мин	Время, мин	Время, мин	Время, мин	Время, мин	Время, мин	Время, мин	Время, мин	Время, мин	Время, мин
18	Утро и вечер 15	12	—	—	12	—	—	—	—	—
19	Утро и вечер 15	—	—	—	—	12	—	—	10	—
20	Утро и вечер 15	—	—	—	—	—	12	—	—	10
21	Утро и вечер 15	12	—	—	—	—	—	12	—	—
22–35	Перерыв									

Применение «Витафона» при лечении последствий ДЦП. Курс 2

День	Область К Режим 2	Область D1 Режим 2	Область D2 Режим 2	Область E1 Режим 2	Область E11 Режим 2	Область E2 Режим 2	Область E21 Режим 2	Область E3 Режим 2	Область G Режим 2	Область A1 Режим 2
	Время, мин	Время, мин	Время, мин	Время, мин	Время, мин	Время, мин	Время, мин	Время, мин	Время, мин	Время, мин
36	Утро и вечер	5	—	—	—	—	—	—	—	—
37	Утро и вечер	10	—	5	—	—	—	—	3	3
38	Утро и вечер	10	5	—	—	—	—	—	—	—
39	Утро и вечер	10	—	—	5	—	—	—	5	5
40	Утро и вечер	10	5	—	—	5	—	—	—	—
41	Утро и вечер	10	—	—	—	—	5	—	5	5
42	Утро и вечер	10	5	—	—	—	—	5	—	—

Схема 12 (окончание)

День	Область К Режим 2	Область D1 Режим 2	Область D2 Режим 2	Область E1 Режим 2	Область E11 Режим 2	Область E2 Режим 2	Область E21 Режим 2	Область E3 Режим 2	Область G Режим 2	Область A1 Режим 2
	Время, мин	Время, мин	Время, мин	Время, мин	Время, мин	Время, мин	Время, мин	Время, мин	Время, мин	Время, мин
43	15	8	—	—	—	—	—	—	5	5
44	15	—	8	—	—	—	—	—	5	5
45	15	8	—	8	—	—	—	—	—	—
46	15	—	—	—	8	—	—	—	5	5
47	15	8	—	—	—	8	—	—	—	—
48	15	—	—	—	—	—	8	—	5	5
49	15	8	—	—	—	—	—	8	—	—

50	Утро и вечер	15	12	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
51	Утро и вечер	15	—	12	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	10
52	Утро и вечер	15	—	—	12	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	10
53	Утро и вечер	15	12	—	—	—	12	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
54	Утро и вечер	15	—	—	—	—	—	—	12	—	—	—	—	—	—	—	—	—	10
55	Утро и вечер	15	—	—	—	—	—	—	—	—	—	12	—	—	—	—	—	—	10
56	Утро и вечер	15	12	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	12	—	—	—	—
57-70		Перерыв																	

Применение «Витафона» при лечении последствий ДЦП. Курс 3

День	Область К Режим 2	Область D1 Режим 4	Область D2 Режим 4	Область E1 Режим 4	Область E11 Режим 4	Область E2 Режим 4	Область E21 Режим 4	Область E3 Режим 4	Область G Режим 3	Область A1 Режим 3
	Время, мин	Время, мин	Время, мин	Время, мин	Время, мин	Время, мин	Время, мин	Время, мин	Время, мин	Время, мин
71	Утро и вечер	5	—	—	—	—	—	—	—	—
72	Утро и вечер	10	—	5	—	—	—	—	3	—
73	Утро и вечер	10	5	—	—	—	—	—	—	—
74	Утро и вечер	10	—	—	5	—	—	—	—	3
75	Утро и вечер	10	5	—	—	5	—	—	—	—
76	Утро и вечер	10	—	—	—	—	5	—	4	—
77	Утро и вечер	10	5	—	—	—	—	5	—	—

Схема 13 (окончание)

День	Область К Режим 2	Область D1 Режим 4	Область D2 Режим 4	Область E1 Режим 4	Область E11 Режим 4	Область E2 Режим 4	Область E21 Режим 4	Область E3 Режим 4	Область G Режим 3	Область A1 Режим 3
	Время, мин	Время, мин	Время, мин	Время, мин	Время, мин	Время, мин	Время, мин	Время, мин	Время, мин	Время, мин
88 Утро и вечер	15	5	—	—	10	—	—	—	—	—
89 Утро и вечер	15	—	—	—	—	10	—	—	—	5
90 Утро и вечер	15	—	—	—	—	—	10	—	—	—
91 Утро и вечер	15	5	—	—	—	—	—	10	—	—
92–105	Перерыв									

АРТРИТ И АРТРОЗ

☒ *Здравствуйте, уважаемые товарищи!*

Пишет вам инвалид 2-й группы, бывшая учительница. «Витафон» я купила в Омске в аптеке. Прошла курс по моим заболеваниям. Почувствовала себя помолодевшей, в 47 лет ходила согнутая, еле поднимаясь по ступенькам. Лечилась четыре месяца дома. Решила помочь маме в Тульской области. Необратимый артрит перекрутил суставы кистей, ног, ступней, тазобедренные суставы. Еле доходила на костылях до стола. Как только провела курс, начала ходить быстрее. Ночью спит (раньше мучили боли), даже стала играть в карты, а ведь не могла самостоятельно есть – было не удержать ложку.

*Земфира Ивановна И.,
Омск*

☒ *Уважаемые сотрудники ТОО «Микроэмп»!*

Хочу вам сообщить, что виброакустический аппарат «Витафон» очень хороший и полезный прибор. Я вылечил с его помощью коленные суставы обеих ног. После второго сеанса боли исчезли полностью, до этого спускаться по лестнице или выходить из транспорта для меня было очень трудно из-за сильной боли, иногда правая нога как будто проваливалась. Сейчас могу бегать, прыгать, таскать тяжести и пройти несколько километров, и боли нет. Спасибо вам большое.

*Вячеслав Петрович Ш.,
Чебоксары*

☒ *Уважаемые изобретатели прибора «Витафон»!*

С уважением и низким поклоном к вам за столь прекрасный прибор.

У меня, кроме букета болезней, еще и ревматоидный полиартрит много лет. Поражены все суставы. Я ходила с болью и палочкой. В газете прочитала про ваш прибор, купила его и стала применять строго по

инструкции. В это же время провела 2 курса иглоукалывания. Через 3 месяца оставила палочку и полностью обихаживаю себя и квартиру. Спасибо вам за такой прекрасный прибор.

*Кларисса Николаевна Н.,
Москва*

Подавляющее большинство людей в возрасте старше 45 лет испытывает неприятные ощущения в суставах. У одних руки теряют подвижность, кисти становятся менее гибкими, другим трудно спускаться по лестнице и вообще ходить.

Существует масса различных заболеваний суставов. Здесь мы поговорим о тех, в названии которых встречается термин «артроз» или «артрит», поскольку лечение их с помощью «Витафона» проводится одинаково — посредством усиления кровообращения в области суставов и улучшения параметров крови.

В суставе очень интенсивно идут процессы изнашивания и соответственно регенерации (восстановления) тканей. С венозной кровью из сустава отводятся продукты его «жизнедеятельности» (шлаки), с артериальной поступают питательные вещества, ферменты, регуляторы. Особое место в биомеханике сустава отводится синовиальной жидкости, которая является смазочным материалом — прокладкой — между его активно трущимися частями. Скорость регенерации и интенсивность выделения синовиальной жидкости зависят от качества крови и интенсивности кровообращения. Вследствие ухудшения кровоснабжения кальциевые компоненты, поступающие вместе с кровью для регенерации костной ткани, не усваиваются полностью и откладываются на ее поверхности, прежде всего в зоне микроповреждений, образуя неровности. Если это происходит в суставе, то износ тканей возрастает. Усиление износа при одновременном снижении скорости регенерации ведет к накоплению дефектов и развитию воспалительного процесса — артрита, который постепенно перерастает в артроз — хроническое заболевание сустава. Не будем вдаваться во все тонкости этого сложнейшего процесса. Совершенно очевидно, что в такой ситуации организм сам справиться не может. Если сустав не лечить, то со временем в нем могут возникнуть необратимые процессы, и тогда придется при-

бегать к хирургическому вмешательству. Поэтому перед лечением артрита или артроза необходимо проконсультироваться у специалиста, чтобы определить стадию заболевания.

Цель витафонотерапии — не только восстановление кровоснабжения в суставе. Необходимо ликвидировать воспалительный процесс, улучшить параметры крови, ускорить регенеративный процесс и восстановить саморегуляцию кровоснабжения сустава.

Каким же образом можно улучшить параметры крови? Помимо диеты и лекарственной терапии чрезвычайно важно улучшить работу почек и надпочечников. Поэтому перед лечением суставов рекомендуется пройти 1-2 курса витафонотерапии на область К по схеме 42 (см. с. 186). Воздействие микровибрации на эту область улучшает функцию почек и подготавливает организм к интенсивному лечению. Затем, если лечат суставы ног, следует выполнить профилактический курс процедур на пояснично-крестцовый отдел позвоночника по схеме 5, с. 78 (см. раздел «Роль позвоночника в возникновении заболеваний») или, если лечат суставы рук, на шейный отдел позвоночника (схема 3, с. 76). Лишь после этого можно приступить к лечению сустава. При этом непосредственно перед процедурой следует обязательно смазывать сустав противовоспалительными средствами, например раствором йода. Фони́рование значительно повышает эффективность. Внимание! Если используется раствор йода, то его применяют не чаще одного раза в сутки непосредственно перед процедурой и только при условии, что цвет йода, нанесенного накануне, исчез.

Сначала рекомендуется лечить один, наиболее болезненный сустав. Виброфоны устанавливают на самые ровные участки в области сустава, стараясь, чтобы они как можно плотнее прилегали к телу. Не стремитесь расположить виброфоны строго под углом 90 градусов, важнее достичь плотного их прилегания к суставу. Напомним, что виброакустическое воздействие значительно снижается, если мембраны расположены друг напротив друга.

В процессе лечения сустава фони́рование области К продолжается, причем время процедуры, проводимой на суставе, должно быть примерно таким же, как и на области К. Ведь с усилением кровоснабжения больного сустава увеличивается поступление шлаков в кровь. Организм не

может допустить, чтобы кровь загрязнялась продуктами регенерации, и если она не успевает очищаться, скорость регенерации снижается. Тогда все усилия по увеличению кровотока в суставе оказываются малоэффективными. И наоборот, простое усиление функции почек одновременно повысит скорость регенерации. Поэтому уже с первого курса витафонотерапии на область К начинается лечение сустава. Все попытки справиться с артрозом и артритом без воздействия на область почек будут недостаточно эффективны.

Под воздействием «Витафона» в суставе рассасываются отложения солей. Большая их часть усваивается костной тканью, упрочняя ее и сглаживая ее поверхность. Одновременно с этим процессом усиливается выделение смазки — синовиальной жидкости, что ведет к тому, что сустав оказывается меньше подвержен травмированию и износу.

Для того чтобы не перегружать организм, продолжительность одной процедуры, включающей воздействие на несколько областей, не должна превышать 50 минут. Нельзя также лечить несколько суставов одновременно. Можно воздействовать поочередно на левый и правый сустав, продолжая ежедневно проводить фонирование области К. При этом срок лечения увеличится.

Для восстановления сустава нужно «прокачать» через него определенное количество крови. Какое именно — зависит от давности и тяжести заболевания и от качества самой крови. Нет надежды вылечить хроническую болезнь в одно мгновение, за один сеанс. Быстро можно снять острую боль, если она возникла недавно вследствие ушиба или неловких движений. Для лечения хронического артрита или артроза потребуются месяцы, хотя заметное улучшение может наступить всего через 1-2 недели.

Существенное значение имеет время проведения процедур. Их лучше всего проводить тогда, когда состав крови оптимален: утром, сразу после сна — первая процедура, и вечером, перед сном, через 4 часа после еды — вторая. Во избежание осложнений после каждой непреднамеренной перегрузки сустава или переохлаждения целесообразно дополнительно провести 5-минутное воздействие в режиме 2 на каждый сустав (не более двух суставов за сеанс). Все процедуры на область почек, на позвоночник и на сустав проводят обязательно в положении лежа.

Людам, страдающим заболеваниями суставов, необходимо помнить, что переохлаждение ног и суставов является фактором, не только провоцирующим болезнь, но осложняющим процесс лечения. Поэтому больные суставы желательно держать в тепле. Полезным окажется и выполнение рекомендаций по питанию, изложенных в соответствующей главе этой книги.

Больной сустав не должен быть неподвижным, так как тканям в процессе регенерации необходимо адаптироваться к реальным условиям. В то же время не стоит и перегружать его, чтобы избежать дополнительных повреждений. Движения в суставе должны быть медленными и плавными. Не поднимайте и не носите тяжести. Если больны суставы ног, то первую неделю лучше уменьшить на них нагрузку от веса тела. Для чего необходимо больше лежать, а физические упражнения выполнять в положении лежа, причем они должны быть простыми, имитирующими движения в реальной жизни. Нагрузку на суставы необходимо увеличивать очень постепенно. Подберите обувь, которая не сдавливает стопу. При подъеме и особенно спуске по лестнице пользуйтесь перилами, а на улице — палочкой. При поражении других суставов следуйте тому же правилу — облегчайте нагрузки на них, особенно в начальный период лечения.

Применение «Витафона» может быть ограничено при онкологических заболеваниях органов брюшной полости, при этом не рекомендуется воздействовать «Витафоном» на область К. Фонирувание только сустава существенно снижает лечебный эффект.

Иногда в процессе лечения у лиц, страдающих гипертонией, в процессе витафонотерапии может повыситься давление. В этом случае необходимо проверить соблюдение схемы лечения и наличие острого воспалительного процесса в почках. В последнем случае (например, при пиелонефрите) необходимо пройти курс лечения почек и лишь затем приступить к лечению сустава.

Курс лечения одного сустава составляет три недели. Фонирувание проводят по схеме 14. Следующие три недели лечат второй сустав, продолжая проводить фонирувание области К. Одновременно на первый сустав (не смазывая его йодом) выполняют поддерживающее 10-минутное воздействие в режиме 2. Еще через три недели возвращаются к

лечению первого сустава, проводя на втором поддерживающую 10-минутную процедуру в режиме 2. После трех месяцев лечения необходимо сделать перерыв на месяц. Во время этого перерыва выполняют профилактические процедуры на область почек 1-2 раза в неделю в режиме 2 в течение 15-20 минут. Один цикл лечения таким образом составляет 4 месяца.

Схема 14

Применение «Витафона» при лечении артрита, артроза и ревматоидного полиартрита

День	Область К		Область Е3 (для суставов ног) Область D2 (для суставов рук)		Область Е31 (для суставов ног) Область Е1 (для суставов рук)		Область сустава	
	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин
1	—	—	—	—	—	—	—	—
	1	10	1	3	1	3	2	7

ГИПЕРТОНИЧЕСКАЯ БОЛЕЗНЬ

- ☒ Провела 10 сеансов по лечению гипертонии. Очень довольна, лекарства не употребляю. Спасибо!

З. Н. А., пенсионерка

- ☒ Спасибо за «Витафон». Благодаря ему я уже месяц не принимаю лекарств от гипертонии, хотя у меня II стадия.

*Юрий Георгиевич П.,
Санкт-Петербург*

- ☒ Большое спасибо. Я вылечила свои болячки. Болела рука — прошла за 10 сеансов, колени тоже теперь не болят. Было очень высокое давление — уже в течение года его у меня нет. Вот какой этот «Витафон». Еще раз большое спасибо.

Тамара Вадимовна О.

Гипертоническая болезнь, или гипертония, — это общее заболевание организма, важнейшим проявлением которого является повышение артериального давления (АД). Гипертония способствует прогрессирующему и осложненному течению сердечно-сосудистых заболеваний. Повышенное артериальное давление ведет к поражению органов, в первую очередь сердца, сосудов головного мозга, почек, и развитию таких серьезных осложнений, как инфаркт миокарда, инсульт, почечная недостаточность. Являясь основным фактором риска, гипертония повышает смертность от мозговых инсультов и ишемической болезни сердца.

Рост артериального давления происходит значительно раньше, чем развиваются какие-либо нарушения во внутренних органах, и поэтому своевременно начатое лечение поможет предотвратить осложнения.

Гипертония — наиболее распространенное среди взрослого населения заболевание. В соответствии с классификацией ВОЗ различают несколько уровней артериального давления. К артериальной гипертонии относят повышение артериального давления более 140/90 мм рт. ст. С возрастом из-за уменьшения эластичности сосудов систолическое (верхнее) АД повышается, и нормальным считается давление не выше 100 + число полных лет. Например, у пациента в возрасте 60 лет систолическое АД 160 мм рт. ст. является нормой, при этом диастолическое (нижнее) не должно превышать 90 мм рт. ст.

Классификация уровней АД

(ВОЗ и Международное общество гипертонии, 1999)

Категория	Систолическое АД (мм рт. ст.)	Диастолическое АД (мм рт. ст.)
Оптимальное	менее или равно 120	менее или равно 80
Нормальное	менее или равно 130	менее или равно 85
Повышенное нормальное	130–139	85–89
Пограничное	140–149	более 90
Гипертония		
1-я степень (мягкая)	140–159	90–99
2-я степень (умеренная)	160–179	100–109
3-я степень (тяжелая)	более 180	более 110
изолированная систолическая	более 140	менее 90

Факторов, предрасполагающих к развитию гипертонической болезни, достаточно много. Это могут быть:

- ◆ повышение сосудистого сопротивления или хронический спазм сосудов за счет патологического выделения специфических веществ, влияющих на давление;
- ◆ повышение объема циркулирующей в организме крови вследствие недостаточной работы почек или употребления большого количества соли;
- ◆ несбалансированное питание и курение;
- ◆ сахарный диабет и ожирение;
- ◆ систематическое переутомление, различного рода стрессы;
- ◆ недостаточная физическая активность (гиподинамия).

Основные симптомы гипертонической болезни – это головные боли и чувство тяжести в затылочной области, голо-

вокружения, тошнота, боли в сердце, мелькание «мушек» перед глазами. Многие больные отмечают повышенную утомляемость, беспокойный сон, неустойчивость настроения. Эти признаки, все вместе или каждый в отдельности, могут стать первым проявлением этого коварного заболевания и являются основанием для обращения к врачу. У ряда пациентов гипертоническая болезнь протекает бессимптомно и обнаруживается лишь при случайном измерении давления. Поэтому людям старше 30 лет рекомендуется периодически контролировать АД.

Своевременная диагностика гипертонической болезни базируется на измерении артериального давления — простого и необременительного исследования, вошедшего в рутинную практику всех лечебных учреждений. При измерении АД необходимо придерживаться следующих правил.

- ◆ Измерения следует проводить в положении сидя, после нескольких минут отдыха, в тихой комнате, в спокойной обстановке, когда эмоциональные факторы исключены.

- ◆ Для измерения АД используют манжетку размером 12-13 × 35 см, при большем объеме руки манжетка должна быть шире.

- ◆ Манжетку надо накладывать на правую руку на уровне сердца независимо от положения больного.

- ◆ В первый визит к врачу давление измеряют на обеих руках.

- ◆ Систолическое (верхнее) давление определяют по появлению тонов.

- ◆ Диастолическое (нижнее) давление определяют по исчезновению тонов.

- ◆ Пожилым и больным сахарным диабетом давление необходимо измерять и в положении стоя.

Для контроля за уровнем АД его следует измерять неоднократно, во время нескольких визитов к врачу. Измерения проводят с помощью сфигмоманометра или других неинвазивных приборов. При пользовании ртутными приборами их показания следует сверять с показаниями ртутного прибора.

Главная задача лечения гипертонической болезни — максимально уменьшить общий риск сердечно-сосудистых заболеваний, что предполагает не только снижение АД, но и устранение факторов, провоцирующих заболевание.

◆ Отказ от курения (до 40% лекарств тратится только на подавление эффекта никотина).

◆ Снижение веса тела (окружность талии у мужчин до 98, у женщин до 85 см). Уменьшение массы тела на 10 кг в большинстве случаев приводит к нормализации давления у лиц с пограничной гипертензией и к снижению у больных гипертонической болезнью.

◆ Умеренность в употреблении алкоголя (для мужчин не более 30 мл чистого спирта в сутки, для женщин не более 15 мл).

◆ Ограничение употребления поваренной соли (не более 5-6 г, или 1 чайной ложки, в сутки).

◆ Повышение физической активности: езда на велосипеде, ходьба, бег, плавание.

Следует отметить, что резко менять образ жизни нельзя. Все изменения, и особенно снижение потребления алкоголя и увеличение физической активности, должны происходить постепенно, в течение нескольких месяцев.

Основную проблему лечения гипертонии можно выразить следующими словами: многие больные не знают о том, что у них повышено АД, многие из тех, кто знает, не лечатся, а те, кто лечится, часто получают неэффективное лечение.

Гипертоническая болезнь неизлечима, поэтому больному со стабильным повышением АД следует с самого начала ориентироваться на пожизненную терапию. Он должен знать, что периодическое лечение (например, при появлении головной боли) не принесет ему особой пользы и не предотвратит развитие осложнений. При обнаружении повышенного уровня АД (более 140/90 мм рт. ст.) необходимо обратиться к врачу, который поможет разобраться в причинах возникновения заболевания и назначит лечение.

Использование «Витафона» в комплексной терапии АД показало его высокую эффективность. Витафонотерапия может длительно применяться в домашних условиях, дает возможность снизить дозы лекарственных средств (а иногда даже отказаться от них).

В процессе лечения следует учесть, что фонирование значительно повышает эффект гипотензивных препаратов, поэтому при их совместном применении рекомендуется соблюдать следующие правила.

◆ Ежедневно контролировать артериальное давление (желательно утром и вечером).

◆ Дозу препарата, рекомендованную для постоянного приема, будем называть полной.

◆ Начальные дозы препарата будем измерять в долях от полной дозы. Суточную дозу препарата нужно употребить равномерными частями в течение суток или по назначению врача.

◆ Прием лекарственных препаратов следует начинать с полной дозы, постепенно уменьшая ее до получения нужного клинического эффекта и одновременно увеличивая время процедур витафонотерапии.

◆ Дозу лекарства, при которой достигнут желаемый эффект, следует считать достаточной.

◆ Дозу лекарства, при которой дальнейшее снижение ведет к росту артериального давления относительно оптимального, будем называть минимальной, или поддерживающей.

◆ Полная отмена базисной медикаментозной терапии возможна только при стабилизации АД на оптимальном уровне в течение достаточно длительного периода времени (3-4 месяца).

◆ Необходимо учитывать, что эффект воздействия аппарата проявляется через 1-2 часа после начала процедуры и сохраняется от 6 часов до суток.

Если рост давления произошел впервые и его величина ниже 140/90 мм рт. ст., не надо спешить принимать лекарственные препараты. Такое повышение может быть кратковременным и пройти после глубокого полноценного сна. В этом случае рекомендуется выполнить одну процедуру аппаратом «Витафон» на ночь. Виброфоны устанавливают на область К и воздействуют на нее в течение 10 минут в режиме 2 и на область D2 — в течение 5-10 минут в режиме 1. Для закрепления эффекта можно повторить процедуру в следующие 2-4 дня, увеличив время фонирувания области К до 15 минут.

При гипертонии 1-й степени (мягкая, или пограничная, гипертония, АД 140/90–159/99 мм рт. ст.) следует воспользоваться схемой 15 без применения медикаментов. Если максимальный уровень давления наблюдается утром, то фонирувание выполняют вечером. Если максимальный рост давления приходится на день или вечер, то процедуру проводят утром.

При устойчивом повышении артериального давления (2 и 3-я степени гипертонии, уровень АД более 160/100 мм рт. ст.) подобрать оптимальную схему постоянного поддерживающего лечения довольно трудно. Зачастую требуется неоднократные консультации врача, дополнительное обследование и динамическое наблюдение в течение 1-3 месяцев. Большинство пациентов до начала воздействия аппаратом, как правило, получают базисную медикаментозную терапию по назначению врача. Следует сказать, что усиление действия лекарств при использовании аппарата позволяет постепенно (в течение 1-2 недель) снизить суточную дозу до минимальной поддерживающей, уменьшить частоту развития побочных эффектов и сократить сроки лечения. Чем меньшими дозами лекарств удастся обойтись, тем лучше. При отсутствии противопоказаний процедуры аппаратом «Витафон» следует начать выполнять сразу после установления диагноза. Одновременно необходимо продолжить прием лекарственных препаратов. Лечение проводить по схеме 15.

Схема 15

**Применение «Витафона»
при лечении гипертонии 1-й степени**

День	Область К		Доза лекарственных препаратов
	Режим	Время, мин	
1	2	10	Полная суточная доза
2	2	15	Полная суточная доза
3	2	20	Три четверти полной суточной дозы
4-7	2	20	Половина суточной дозы
8-14	2	20	Треть суточной дозы
15-28	2	20	Четверть суточной дозы или минимальная

Если в течение первого или второго дня давление нормализуется, то уже на третий день можно снизить дозу лекарственного препарата.

При достаточном эффекте на 28-й день курс лечения следует продолжить по схеме 16. При этом надо попытаться уменьшить суточную дозу лекарства до минимальной поддерживающей.

Схема 16

**Применение «Витафона»
при лечении гипертонии 2-3-й степени**

День	Область К		Доза лекарственных препаратов
	Режим	Время, мин	
29–34	2	15	Четверть суточной дозы или минимальная
35	Перерыв один день		
36–40	2	15	Минимальная доза
41–42	Перерыв два дня		Минимальная доза
43–46	2	15	Минимальная доза
47–49	Перерыв три дня		Минимальная доза
50	2	15	Без лекарств или минимальная доза
Далее постоянно 1–3 раза в неделю			Без лекарств или минимальная доза

Количество процедур в неделю необходимо выбирать такое, чтобы поддерживать давление стабильным и оптимальным.

Если при использовании схемы 15 в течение первых семи дней лечебный эффект оказался недостаточным или потребовалась полная доза лекарственного препарата, то лечение следует продолжить по схеме 17. При этом дозу препарата надо снижать более постепенно (не более чем на одну четверть от полной в неделю).

Больным с сопутствующей ишемической болезнью сердца, с нарушениями сердечного ритма воздействие на область E1 и E2 противопоказано.

Систолическая артериальная гипертония, или гипертония пожилых людей, встречается у 50% пациентов старше 60 лет.

При этом часто регистрируется повышение только систолического артериального давления (уровень систолического АД выше 160 мм рт. ст., а диастолического менее 90 мм рт. ст.). Данная форма гипертонии имеет более неблагоприятный прогноз, так как является основным фактором риска инсульта и сердечной недостаточности, а также ишемической болезни сердца и почечной недостаточности. Кроме того, следует отметить, что эта форма гипертонии в большинстве случаев сочетается с атеросклерозом сосудов и требует более щадящих схем применения аппарата и настойчивого лечения, чем другие формы.

Больным этой формой гипертонии противопоказано воздействие на области E1, E2 и F, а воздействие на область D1 и D2 строго дозировано из-за возможного нарушения сердечного ритма. Поэтому лечение рекомендуется проводить по схеме 18. Если лечебный эффект окажется недостаточным или ниже нормального артериального давления, следует снова обратиться к врачу для замены лекарственного препарата или подбора индивидуальной схемы ви-тафонотерапии.

Почки занимают одно из центральных мест в регуляции артериального давления. Многочисленные исследования свидетельствуют о наличии тесной взаимосвязи между уровнем давления и функциональным состоянием почек. Фонирувание области К улучшает функцию почек и снижает нагрузку на сердце. Поэтому после окончания основного курса лечения АД рекомендуется 1-3 раза в неделю выполнять постоянные поддерживающие 15-20-минутные процедуры «Витафоном» в режиме 2 на область К.

Противопоказания: острый воспалительный процесс в почках, признаком которого может служить рост давления при установке виброфонов на область К или появление крови в моче.

Применение «Витафона» при лечении гипертонии 2-3-й степени. Усиленный курс

День	Область К Режим 2		Область D1 Режим 1		Область D2 Режим 1		Область E1 Режим 1		Область E2 Режим 1		Доза лекарственных препаратов
	Время, мин	Время, мин	Время, мин	Время, мин	Время, мин	Время, мин	Время, мин	Время, мин	Время, мин		
8-10	20	2	2	2	2	2	—	—	—	—	Полная доза
11-14	20	3	3	3	3	3	2	2	—	—	Полная доза
15-17	20	3	3	3	3	3	3	3	—	—	Три четверти полной дозы
18-21	20	5	5	5	5	5	3	3	2	2	Три четверти полной дозы
22-24	20	5	5	5	5	5	5	5	3	3	Половина полной дозы
25-28	20	5	5	5	5	5	5	5	4	4	Половина полной дозы
29-31	20	5	5	5	5	5	5	5	3	3	Четверть полной дозы
32-35	20	5	5	5	5	5	3	3	3	3	Четверть полной дозы
36-42	20	5	5	5	3	3	3	3	2	2	1/4 полной дозы или минимальная
43-49	20	3	3	3	3	3	3	3	—	—	1/4 полной дозы или минимальная
50-56	20	3	3	3	3	3	2	2	—	—	1/4 полной дозы или минимальная
57-63	20	2	2	2	2	2	2	2	—	—	1/4 полной дозы или минимальная
64-70	20	2	2	—	—	—	—	—	—	—	1/4 полной дозы или минимальная

Далее 1—3 раза в неделю воздействие на область К в режиме 2 по 20 минут

Без лекарств или минимальная доза

Применение «Витафона» при лечении систолической гипертензии

День	Область К		Область D1		Область D2		Доза лекарственных препаратов
	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	
1-7	2	10	—	—	—	—	Полная доза
8-14	2	20	—	—	—	—	Полная доза
15-18	2	20	1	3	—	—	Три четверти полной дозы
19-21	2	20	1	5	1	3	Три четверти полной дозы
22-24	2	20	1	5	1	5	Половина полной дозы
25-28	2	20	1	5	1	5	Половина полной дозы
29-31	2	20	1	5	1	5	Четверть полной дозы
32-35	2	20	1	5	1	3	Четверть полной дозы
36-38	2	20	1	5	1	3	1/4 полной дозы или минимальная
39-49	2	20	1	5	1	3	1/4 полной дозы или минимальная
50-56	2	20	1	3	1	3	1/4 полной дозы или минимальная
57-63	2	20	1	3	—	—	1/4 полной дозы или минимальная
64-70	2	20	—	—	—	—	1/4 полной дозы или минимальная

Далее по схеме 16

АТЕРОСКЛЕРОЗ

✉ *Здравствуйте!*

Меня спасает «Витафон» от атеросклероза нижних конечностей. Проявление болезни: очень мерзнут стопы, даже при +10 °С в двух шерстяных носках. При ходьбе наливаются икры, ходить очень тяжело.

Я один раз в год ложусь в госпиталь, и там меня лечат 15-16 дней: капельницы, барокамера и т. д. Но после госпиталя через месяц ноги болят снова. Но меня спасает «Витафон», я вечером применяю его на голени и ступни, и наутро ноги почти не болят, целый день хожу.

Но в инструкции по «Витафону» приведены противопоказания по применению: при выраженном атеросклерозе. Если нельзя применять «Витафон» при атеросклерозе, то почему? Пожалуйста, ответьте, можно или нельзя.

Вот мы тут в Твери, группа товарищей, посоветовались, и я решил написать Вам письмо. Я военный пенсионер. Ваш адрес я взял в газете «Советская Россия».

«Витафон» — очень замечательный доктор, мне помогает.

Убедительно прошу, ответьте. Заранее благодарю.

*Владимир Григорьевич М.,
г. Тверь*

Развитию атеросклероза способствует повышенное артериальное давление.

Атеросклероз — общее заболевание сосудов, проявления которого весьма разнообразны с точки зрения как изменения строения сосудистой стенки, так и функциональных расстройств. Механизмы, по которым развивается заболевание, достаточно сложны и до конца еще не ясны. Но целый ряд положений вполне очевиден. Ухудшение качества крови, нарушение оптимальных концентраций ее компонентов и замедление регенеративного процесса, нарастающие с возрастом, приводят к появлению патологических изменений стенок сосуда, которые могут со временем обызвест-

вляться при плохом усвоении кальция организмом. Происходит утолщение стенок кровеносных сосудов (а иногда и истончение), они теряют свои эластические свойства, ухудшается функционирование мышечного слоя, регулирующего тонус кровеносных сосудов. Потеря эластичности сосудов способствует росту артериального давления, что в свою очередь дополнительно требует упрочнения стенок сосудов и еще большего их утолщения. Просвет кровеносных сосудов уменьшается, в результате ухудшается кровоснабжение органов и тканей. Ухудшение кровоснабжения органов — это основное следствие атеросклероза. Процесс неуклонно прогрессирует, но идет неравномерно. В отдельных местах образуются чрезмерные утолщения, в которых происходят сложные патологические изменения, иногда приводящие к формированию специфических образований, в просторечии называемых бляшками. Со временем сильно разросшаяся и обызвествленная бляшка распадается, и ее части могут закупорить более мелкий сосуд. В месте распада может образоваться тромб. При высоком артериальном давлении вероятность распада бляшки увеличивается, поэтому нельзя допускать больших пиков давления. Наиболее неблагоприятной с этой точки зрения является систолическая гипертензия (см. раздел «Гипертоническая болезнь»).

Стадию атеросклероза, при которой бляшки начинают распадаться, будем называть выраженной. Пока болезнь не достигла выраженной стадии, атеросклероз не является противопоказанием для витафонотерапии.

Как бороться с атеросклерозом? Очевидными являются два пути: снижение давления и улучшение качества крови. О том, как снижать давление и насколько это важно, мы уже знаем. Для улучшения параметров крови прежде всего необходимо повысить степень ее очистки, чтобы не тормозился восстановительный (регенеративный) процесс. Чем больше накопилось нарушений, тем интенсивнее должен быть процесс регенерации. В то же время он не может превышать скорости очистки крови, иначе кровь будет сильно зашлакована. Поэтому интенсивность регенеративного процесса организм целенаправленно тормозит, ограничивая его на уровне, пропорциональном интенсивности вывода шлаков из организма. В результате такого торможения, например, замедляется регенерация костной ткани и в крови увеличивается концентрация неусвоенных кальциевых компонентов, что может приводить к кальцификации (обызвествлению) стенок сосудов. В результате отклонения других параметров крови от оптимальных, например, снижение концентрации липопр-

теинов низкой плотности по отношению к концентрации липопротеинов высокой плотности, возникают другие аномалии регенеративного процесса, в результате которых меняется структура артерий, происходит образование очаговых утолщений, сосуды теряют эластичность. Поэтому диета и улучшение функции почек (например, путем фонирования области К) также способствуют замедлению атеросклеротического процесса.

Когда же атеросклероз достиг выраженной стадии, применение «Витафона» противопоказано. Возможно, это перестраховка, но, как говорят, «береженого Бог бережет». Пульсовая волна, которая возникает в момент сердечного сокращения, или случайный ушиб в области сосуда с атеросклеротической бляшкой, воздействуют на нее гораздо сильнее, чем микровибрация «Витафона», но все же его применение (в силу неизученности этого вопроса) при выраженном атеросклерозе необходимо исключить.

Некоторые больные из-за аллергии или по другим причинам не могут пользоваться лекарствами, и «Витафон» для них оказывается единственным доступным средством лечения. Если говорить о необходимости снижения повышенного артериального давления при наличии выраженного атеросклероза, то человек может оказаться перед выбором: воспользоваться «Витафоном» и попытаться снизить давление или подвергнуть себя повышенному риску инсульта. В такой ситуации трудно что-либо советовать. Тем не менее считаем своим долгом дать несколько рекомендаций тем, кто, несмотря на противопоказания, принял решение применять «Витафон» при выраженном атеросклерозе, а также тем, кто не имеет возможности обследовать состояние своих сосудов. Не используйте «Витафон» для лечения любых болезней, кроме артериальной гипертензии, если верхнее артериальное давление превышает 170 мм рт. ст. При наличии острого воспалительного процесса в почках воздействие «Витафона» на область К может повысить артериальное давление. Поэтому сочетание острого воспалительного процесса в почках и выраженного атеросклероза является абсолютным противопоказанием для витафонотерапии. Через 40-60 минут после каждого сеанса фонирования периодически проверяйте артериальное давление и при необходимости корректируйте дозу лекарственных препаратов. Иногда больные отказываются применять лекарства, мотивируя это их вредным влиянием на печень, почки. Однако это зло намного меньшее, чем острый инфаркт миокарда или инсульт. Поэтому если лекарственные препараты необходимы, то их надо применять.

ПОСЛЕДСТВИЯ ИНСУЛЬТА

✉ *Приношу огромную благодарность создателям «Витафона»!*

В марте месяце 1996 г. я привезла мужа из больницы домой умирать, так как врачи испробовали все что можно. До 1997 г. он лежал пластом после инсульта: был полностью парализован. В феврале месяце 1997 г. в газете «Труд» я натолкнулась на статью о «Витафоне» и в тот же день купила его. На 8–9-й сеанс муж стал самостоятельно справлять свои нужды, через месяц мы смогли его сажать, через три месяца он самостоятельно смог первый раз поесть.

Еще раз огромное спасибо создателям «Витафона». Он вернул к жизни моего мужа. Видя наши результаты, уже пятеро наших знакомых купили себе этот аппарат. Мы с мужем ведем активную агитацию за «Витафон».

*Валентина Егоровна З.,
Санкт-Петербург*

Достаточно часто пользователи задают вопрос о возможности применения «Витафона» при инсульте. Инсульт — острое нарушение мозгового кровообращения. При закупорке сосудов инсульт называют ишемическим, при разрыве сосудов и кровоизлиянии — геморрагическим. Последствиями инсульта могут стать паралич конечностей, нарушение функции речи, расстройство памяти, нарушение функций органов и другие. Результативность лечения последствий инсульта во многом зависит от количества и места необратимых повреждений. К сожалению, обычно восстановление бывает неполным. Одна из основных проблем реабилитации больных — это улучшение мозгового кровообращения.

В острой форме заболевания «Витафон» не используется. Лишь спустя 1,5–2 месяца после ишемического инсульта,

когда состояние больного полностью стабилизируется, аппарат может быть применен при отсутствии выраженного атеросклероза с целью снижения артериального давления и улучшения мозгового кровообращения. «Витафон» может быть применен по методике лечения дискуляторной энцефалопатии, разработанной Московским областным научно-исследовательским клиническим институтом. Согласно этой методике витафонотерапия проводится с целью улучшения мозгового кровообращения. Фонированию подвергаются области D1 и D2. Процедуры проводят в режиме 1 по 5 минут на каждую область. В то же время схема 18 (см. с. 115) применения «Витафона» при гипертонической болезни тоже включает в себя воздействие на области D1 и D2 в тех же режимах. Поэтому данная схема может быть использована одновременно для снижения давления и улучшения мозгового кровообращения. Следует отметить, что инсульт — тяжелое заболевание, поэтому возможность применения «Витафона» для лечения его последствий может определить только врач.

БРОНХИТ

✉ *Здравствуйте!*

Прежде всего хочу выразить коллективу создателей аппарата «Витафон» признательность за их замечательное изобретение.

Скажу честно, что вначале я отнеслась к аппарату и его рекламе в прессе скептически, как к очередной «таблетке от всех болезней». Но после того как мама вылечила артрит колена, я попробовала с помощью «Витафона» избавиться от хронического бронхита. После 2-недельного курса я практически избавилась от кашля и вообще стала чувствовать себя лучше.

Спасибо Вам!

*С уважением, Ш. В.,
г. Пенза*

Бронхит — это воспалительное заболевание трахеи и бронхиального дерева. Обычно это легкое заболевание, но при хронической патологии легких и сердца оно протекает довольно тяжело. Возможное осложнение — пневмония. Чаще всего бронхит возникает зимой, нередко он развивается на фоне острой респираторной вирусной инфекции, заболевания зубов, частых синуситов. Воспаление начинается с очагов в местах нарушения защитных функций слизистой оболочки. Холодные массы воздуха, содержащие частицы пыли, вирусы, разрушающим образом действуют на слизистую оболочку. Защищают слизистые оболочки от перепада температур в несколько десятков градусов определенные группы липидов (жиров), постоянно находящиеся в крови. В слизистой оболочке идет интенсивный регенеративный процесс. Если вследствие переохлаждения или других причин (например, из-за патологии в грудном отделе позвоночника) уменьшится концентрация липидов в крови или нарушится кровоснабжение бронхов, то скорость восстановления будет недостаточна для сохранения целостности слизистой. Ее проницаемость повысится, и орга-

низм отреагирует на вторжение инородных частиц и инфекции воспалительным процессом.

Для лечения бронхита очень важно временно исключить контакт с холодным воздухом и источником инфекции. Необходимо оптимизировать питание, прежде всего в части употребляемых жиров. Процедуры витафонотерапии улучшат кровоснабжение бронхов и повысят степень очищения крови.

Аппарат применяют для сокращения сроков лечения и предупреждения осложнений, а также для закрепления лечебного эффекта после выздоровления. Лучше всего начинать процедуры при появлении первых признаков заболевания. В острой форме обязательно используются противовоспалительные средства, например раствор йода. Йодную сетку можно наносить не только на грудную клетку, но и на живот, поскольку конечная цель — попадание йода в кровь и его усвоение. Продолжительность йодного лечения — 4-6 дней. При остром бронхите рекомендуется витафонотерапия по схеме 19. В процессе лечения кашель может временно усилиться.

При лечении хронического бронхита прежде всего необходимо провести санацию зубов и миндалин. В холодное время года область грудной клетки должна быть защищена теплой одеждой более, чем другие части тела (можно воспользоваться жилеткой или шерстяной безрукавкой). Утром, за 30 минут до выхода на мороз, надо обязательно съесть за завтраком 5-15 г сливочного масла. Чем сильнее мороз и чем дольше придется находиться на холодном воздухе, тем больше жиров следует употребить. При длительном, более 40 минут, пребывании на холоде при температуре ниже -20 градусов необходимо дополнительное количество медленно усваиваемых жиров (сала, жирного мяса, растительных жиров). Схема 20 применяется при лечении хронического бронхита. В первые 4-6 дней нужно выполнить йодную профилактику (см. с. 60). Лечение лучше проводить в теплое время года.

При недостаточности липидов в крови физическая активность хоть и даст ощущение тепла, но слизистую бронхов не защитит — при физической активности кровотоки усиливаются прежде всего в работающих мышцах. Кроме того, усиленное дыхание повышает нагрузку на слизистую бронхов. Поэтому физкультура на морозе — это не лечебная, а тренирующая процедура, подходящая только для здоровых людей. Больным хроническим бронхитом она грозит обострением или осложнением в виде воспаления легких.

Применение «Вигафона» при лечении острой формы хронического бронхита

День	Область К		Область С		Область Е1		Область Е11		Область F	
	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин
1	Утро	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	Вечер	1 2	1	2	1	2	1	2	1	2
2	Утро	1 2	1	2	1	2	1	2	—	—
	Вечер	1 2	1	3 5 10	1	3	1	—	1	3
3	Утро	2	1	4	1	4	1	4	—	—
	Вечер	2	1	4	1	4	—	—	1	4
4-12	Утро	2	1	5	1	5	1	5	—	—
	Вечер	2	1	5	1	5	—	—	1	5

Схема 19 (окончание)

День	Область К		Область С		Область Е1		Область Е11		Область F	
	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин
13	1	10	1	4	1	4	1	4	—	—
	2	5								
Вечер	1	5	1	4	1	4	1	4	1	4
	2	10								
14	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	2	10	1	3	1	3	1	3	1	3
Вечер										

Применение «Витафона» при лечении хронического бронхита в стадии ремиссии

День	Область К		Область С		Область Е1		Область Е11		Область Е2	
	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин
1	2	6	—	—	—	—	1	3	1	3
	2	12	1	6	1	6	—	—	—	—
2	2	10	—	—	—	—	1	4	1	4
	2	12	1	6	1	6	—	—	—	—
3-6	2	10	1	5	—	—	1	4	1	4
	2	15	1	10	1	6	—	—	—	—
7-9	2	10	1	7	—	—	—	—	—	—
	2	17	2	12	—	—	—	—	—	—
10-13	2	10	1	5	—	—	1	4	1	4
	2	15	1	10	1	6	—	—	—	—

БРОНХИАЛЬНАЯ АСТМА

✉ *Уважаемые изобретатели «Витафона»!*

Наша семья приносит вам большую благодарность за ваши умные головы. Желаем вам дальнейших успехов в науке и усовершенствовании этого аппарата. Теперь у нас в доме есть свой «доктор», особенно когда бывают затяжные праздники и нет возможности вызвать помощь или обратиться к врачам в лечебницу.

Очень просим вас, если это возможно, выслать инструкцию лечения «Витафоном» бронхиальной астмы.

Мы оба пенсионеры, ветераны и участники ВОВ, инвалиды II группы. Будем вам очень благодарны. Можете выслать ценным письмом или бандеролью. Мы прочитали в газетах о том, что вами уже разработаны такие инструкции. С уважением и Новым 1999 годом!

В. К. К.,

Приморский край, Владивосток

Бронхиальная астма — это инфекционно-аллергическое заболевание, в механизме развития которого немалую роль играет невротический фактор. Нередко бронхиальной астме предшествует хронический бронхит. Причиной астмы является повышение проницаемости слизистой оболочки бронхов и носоглотки вследствие хронического воспалительного процесса. Поскольку слизистая оболочка выполняет роль защиты от токсических веществ, находящихся в воздушной среде, то при повышении ее проницаемости в организм начинают проникать токсические вещества, на которые организм реагирует спазмом сосудов и выделением значительного количества слизи. Попадание слизи на обнаженные нервные рецепторы в области очага воспаления приводит к приступам кашля. Плотная, буквально стекловидная мокрота отходит с болью. Эта боль рефлекторно сдерживает кашель, и бронхи не очищаются до конца. Рассасывание слизи через кровь ограничивается спазмом кровенос-

ных сосудов. Длительное нахождение слизи в бронхах усиливает очаги воспалительного процесса, которые еще больше разрушают слизистые оболочки. Попадание сгустка слизи на очаг воспаления ведет к увеличению проникновения токсинов в кровь и усилению спазма бронхиального дерева. Развивается астматический приступ. Грудная клетка становится словно каменной, мышцы грудной клетки сильно напряжены и испытывают перегрузку.

Это очень тяжелое состояние — человеку кажется, что он умирает от удушья. Из-за крайне неустойчивого равновесия на развитие астматического приступа влияет буквально все: температура и влажность воздуха, пыль, запахи, психологическая атмосфера, физическая нагрузка и многое другое. Частота приступов зависит от накопившегося количества слизи, от площади очагов воспалительного процесса и концентрации токсинов в крови. Для борьбы с приступом обычно применяют сильные спазмолитические и антигистаминные препараты, а на поздних стадиях — гормональные средства. Без лечения частота приступов постепенно увеличивается и развивается тяжелейшее заболевание — бронхиальная астма. Кроме того, что болезнь приносит физические страдания, возможен, хотя и крайне редко, даже смертельный исход. Поэтому лечение бронхиальной астмы обязательно.

«Витафон» оказывает эффективное, и к тому же избирательное, спазмолитическое действие, поэтому он может оказать неоценимую помощь как во время приступа, так и для его предупреждения. Но лечение должно быть комплексным.

Для купирования приступа «Витафон» применяется в сочетании со спазмолитическими препаратами, назначенными врачом, что позволяет повысить их эффективность и уменьшить дозу. Чтобы уменьшить передвижение слизи, при проведении процедуры больной должен лежать строго горизонтально. Для этого при необходимости под область таза подкладывают одеяло, сложенное в несколько раз. Фоноирование проводят сразу после приема лекарства. Виброфоны вначале устанавливают на область К в режиме 2 на 3 минуты. Затем сразу же воздействуют «Витафоном» на область С в режиме 1 в течение 3 минут. После процедуры не следует менять положение в течение 30-40 минут. От приступа к приступу время воздействия на каждую область

нужно постепенно довести до 10 минут (прибавлять следует не более чем по одной минуте в день). «Витафон» обладает способностью усиливать действие ингаляционных противоастматических препаратов. Поэтому при стабилизации состояния на фоне витафонотерапии их дозу можно постепенно уменьшать.

Эффект от воздействия «Витафоном» при купировании приступа будет заметен только после нескольких процедур. Однако нельзя сразу проводить длительные процедуры. Искусство лечения бронхиальной астмы заключается в очень постепенном и строго дозированном наращивании кровоснабжения бронхов.

Для того чтобы уменьшить частоту астматических приступов (а в дальнейшем и избавиться от них), необходимо постепенно восстановить барьерные функции слизистых оболочек и очистить бронхи от слизи. Уменьшить концентрацию токсинов и улучшить кровь с точки зрения восстановления слизистых оболочек можно, увеличив эффективность работы печени, нормализовав прежде всего липидный обмен, повысив степень очистки крови. Для этого рекомендуется воздействовать «Витафоном» на области E1, E11, E2 и K. В процессе лечения следует максимально снять с организма инфекционно-токсическую нагрузку: вылечить кариес, пародонтоз и, если имеется, хронический тонзиллит. Надо также уменьшить запыленность воздуха, исключить по возможности контакт с аллергеном. Воздействие на область C обеспечит хорошее кровоснабжение бронхов. Чтобы сам процесс лечения не провоцировал приступы, необходимо соблюдать крайнюю постепенность в наращивании доз лечебного воздействия. Всем этим требованиям в наибольшей мере соответствует лечение по схемам 21 и 22, хотя на практике врач может порекомендовать и другие методики, учитывающие особенности заболевания конкретного больного. Лечение проводят в стадии затишья болезни и при относительно хорошем самочувствии. Количество курсов — 4-6 с перерывом 1-3 недели.

Применение «Витафона» при лечении бронхиальной астмы
с целью уменьшения частоты приступов. Курс 1

День	Область К		Область С		Область Е1		Область Е11		Область Е2		Область F	
	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин
1	2	5	1	2	—	—	—	—	—	—	—	—
2	2	6	1	3	—	—	—	—	—	—	—	—
3	2	7	1	4	—	—	—	—	—	—	—	—
4	2	8	1	5	—	—	—	—	—	—	—	—
5	2	9	1	6	—	—	—	—	—	—	—	—
6	2	10	1	7	—	—	—	—	—	—	—	—
7	2	11	1	8	—	—	—	—	—	—	—	—
8	2	12	1	9	1	1	—	—	—	—	—	—
9	2	13	1	10	1	2	1	2	—	—	—	—
10	2	14	1 2	10 2	1	3	1	3	—	—	—	—
11	2	15	1 2	10 3	1	4	1	4	—	—	—	—
12	2	15	1 2	10 4	1	5	1	5	—	—	—	—

13	2	15	$\frac{1}{2}$	$\frac{10}{5}$	1	6	1	5	—	—	—	—
14	2	15	$\frac{1}{2}$	$\frac{10}{4}$	1	7	1	5	—	—	—	—
15	2	15	$\frac{1}{2}$	$\frac{10}{3}$	1	6	1	5	1	2	—	—
16	2	15	$\frac{1}{2}$	$\frac{10}{2}$	1	5	1	5	1	3	—	—
17	2	15	1	10	1	4	1	5	1	4	—	—
18	2	15	1	9	1	3	1	5	1	5	—	—
19	2	15	1	8	1	2	1	5	1	6	—	—
20	2	15	1	7	—	—	1	5	1	7	—	—
21	2	14	1	6	—	—	1	5	1	6	2	2
22	2	13	1	5	—	—	1	5	1	5	2	3
23	2	12	—	—	—	—	1	5	1	4	2	4
24	2	11	—	—	—	—	—	—	1	3	2	5
25	2	10	—	—	—	—	—	—	1	2	2	6
26	2	9	—	—	—	—	—	—	—	—	2	7
27	2	8	—	—	—	—	—	—	—	—	2	6
28	2	7	—	—	—	—	—	—	—	—	2	5

Применение «Витафона» при лечении бронхиальной астмы
с целью уменьшения частоты приступов. Курс 2

День	Область К		Область С		Область Е1		Область Е11		Область Е2		Область F	
	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин
1	Утро	2	1	2	—	—	—	—	—	—	—	—
	Вечер	2	1	3	—	—	—	—	—	—	—	—
2	Утро	2	1	4	—	—	—	—	—	—	—	—
	Вечер	2	1	5	—	—	—	—	—	—	—	—
3	Утро	2	1	6	—	—	—	—	—	—	—	—
	Вечер	2	1	7	—	—	—	—	—	—	—	—
4	Утро	2	1	8	—	—	—	—	—	—	—	—
	Вечер	2	1	9	2	1	—	—	—	—	—	—
5	Утро	2	1	10	2	2	1	2	—	—	—	—
	Вечер	2	1	10	2	3	1	3	—	—	—	—
6	Утро	2	1	10	2	4	1	4	—	—	—	—
	Вечер	2	1	10	2	5	1	5	—	—	—	—

ТОНЗИЛЛИТ (ангина)

✉ *В нашей местности очень сложно приобрести Ваш аппарат. В аптеку не завозится. А брать с рук — нет гарантии, что не подделка. Я выписала аппарат одна из первых в поселке. Сейчас очень многим дала адрес, по которому выписала «Витафон».*

В нашей семье мы лечимся эти полгода только «Витафоном». Это все ангины, насморки, бронхиты. Большое спасибо от всей нашей семьи.

*С уважением,
Нина Александровна М.,
Удмуртия*

Ангина (острый тонзиллит) — острое инфекционное заболевание, при котором поражаются преимущественно небные миндалины, в просторечье называемые гландами. Симптомы ее всем известны — боль при глотании, общая слабость, головная боль, озноб, повышение температуры. Иногда боль при ангине бывает такой сильной, что человек не может есть, с трудом глотает воду и не способен говорить. Часто увеличиваются и становятся болезненными подчелюстные лимфатические узлы.

Ангина бывает:

- ◆ катаральная (миндалины красные и увеличенные);
- ◆ фолликулярная (слизистая обеих миндалин отечная и красная, на них появляется большое количество желто-белых узелков);
- ◆ лакунарная (узелки, образовавшиеся на миндалинах, сливаются и образуют налет по всей их площади).

Причина возникновения ангины — инфекция, отягощенная общим ослаблением организма.

Сама болезнь не так опасна, но она может дать осложнения на суставы, сердце и почки.

Лечение ангины зависит от тяжести заболевания. При легкой форме ангины наряду с полосканиями применяют «Вита-

фон» по схеме 23. Перед процедурой миндалины необходимо смазать раствором Люголя с глицерином. В схему лечения легкой формы ангины включается воздействие на область К для улучшения параметров крови, на область D1 — для улучшения управления сосудами и местное воздействие на миндалины. Распространенной ошибкой является упрощенное применение «Витафона»: без раствора Люголя и с установкой виброфонов только на область миндалин. Такое применение возможно лишь на завершающей стадии лечения.

При тяжелой форме ангины к лечению добавляются антибиотики (их назначает врач). Время воздействия «Витафона» на область миндалин при этом уменьшается. Лечение проводится по схеме 24.

При наличии заболевания щитовидной железы процедуры на области D1 и В не проводят. При одновременном остром воспалительном процессе в почках обязательно применение антибиотиков, назначаемых как при ангине, так и при пиелонефрите.

Иногда при хронических ангинах с частыми обострениями врачи предлагают удалить миндалины. Применение «Витафона» позволяет иногда этого избежать, только нужно набраться терпения. В этом случае витафонотерапию проводят по схеме 25 в течение 4 месяцев, лучше всего летом. Перед началом лечения надо сделать полную санацию полости рта: вылечить зубы, десны. В лечение дополнительно включены процедуры для пояснично-грудного отдела позвоночника, чтобы улучшить управление печенью, почками и надпочечниками, влияющими на параметры крови. Перерыв между курсами 9-10 дней.

При правильном лечении ангины болезненные ощущения могут пройти быстро, но для предупреждения рецидивов и осложнений курс лечения необходимо выполнить полностью, сохраняя щадящий режим и полноценный отдых.

**Применение «Витафона» при лечении легкой формы
вялотекущего тонзиллита**

День		Область К		Область D1		Область В *	
		Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин
1	Утро	—	—	—	—	—	—
	Вечер	2	10	1	2	1	3
2	Утро	2	10	1	2	1	4
	Вечер	2	10	1	2	1	5
3	Утро	2	12	1	3	1	6
	Вечер	2	12	1	3	1	7
4	Утро	2	15	1	3	2	4
	Вечер	2	15	1	3	2	5
5-7	Утро	2	15	1	3	2	5
	Вечер	2	15	1	3	2	5
8	Утро	2	15	1	3	2	6
	Вечер	2	15	1	3	2	7
9	Утро	2	15	1	3	2	8
	Вечер	2	15	1	3	2	9
10-12	Утро	2	15	1	3	2	10
	Вечер	2	15	1	3	2	10
13	Утро	2	12	—	—	2	8
	Вечер	2	12	1	3	2	8
14	Утро	2	10	—	—	2	6
	Вечер	2	10	—	—	2	6

* Область В показана на рис. 4, с. 149.

**Применение «Витафона» при лечении
острой формы тонзиллита на завершающей стадии**

День		Область К		Область D1		Область В	
		Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин
1	Утро	—	—	—	—	—	—
	Вечер	2	10	1	2	1	2
2	Утро	2	10	1	2	1	2
	Вечер	2	10	1	2	1	2
3	Утро	2	12	1	3	1	3
	Вечер	2	12	1	3	1	3
4	Утро	2	15	1	3	2	2
	Вечер	2	15	1	3	2	3
5-7	Утро	2	15	1	3	2	4
	Вечер	2	15	1	3	2	4
8	Утро	2	15	1	3	2	5
	Вечер	2	15	1	3	2	5
9	Утро	2	15	1	3	2	6
	Вечер	2	15	1	3	2	6
10-12	Утро	2	15	1	3	2	7
	Вечер	2	15	1	3	2	7
13	Утро	2	12	—	—	2	6
	Вечер	2	12	1	3	2	6
14	Утро	2	10	—	—	—	—
	Вечер	2	10	—	—	2	4

Применение «Витафона» при лечении хронического тонзиллита в стадии ремиссии

День	Область К		Область D1		Область В		Область E2		Область E21	
	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин
1	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	2	10	1	2	1	5	—	—	—	—
2	2	10	1	2	1	7	1	2	—	—
	2	10	1	3	1	7	—	—	1	2
3	2	10	1	4	1	10	1	3	—	—
	2	15	1	4	1	10	—	—	1	3
4	2	10	1	5	2	5	1	3	—	—
	2	15	1	5	2	5	—	—	1	3
5-19	2	10	1	5	2	10	1	4	—	—
	2	15	1	5	2	10	—	—	1	4
20	2	10	1	5	2	5	1	3	—	—
	2	10	1	5	2	5	—	—	1	3
21	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	2	10	1	5	—	—	—	—	1	2

ГАЙМОРИТ

✉ *Здравствуйте!*

Я приобрел Ваш «Витафон» 3 года назад. Он помог мне избавиться от остеохондроза, радикулита, а также гайморита. До его применения неоднократно делал проколы гайморовых пазух, а теперь об этом забыл.

*Валентин Ефимович И.,
Рязанская обл.*

✉ *Здравствуйте!*

В наших городских газетах часто пишут лестные отзывы о вашем аппарате «Витафон», о том, что он помогает при многих болезнях. В том, что «Витафон» помог мне избавиться от гайморита (осложнение после гриппа), я убедилась. Спасибо!

*Елена Михайловна Я.,
Омск*

Гайморит — воспаление слизистой оболочки гайморовой (придаточной) пазухи носа. Воспалительный процесс развивается под воздействием инфекции, которая может попасть в пазуху вместе с током крови или из полости носа при различных заболеваниях.

Лечение гайморита с применением «Витафона» следует проводить в стадии ремиссии по схеме 26. Для лечения хронического гайморита требуется пройти 1-3 курса витафонотерапии. Минимальный перерыв между курсами — 2 недели.

При увеличенных аденоидах лечение следует проводить под наблюдением врача. При остром гайморите перед применением аппарата необходимо удалить гной из пазухи (процедуру выполняет отоларинголог).

В целях предупреждения обострений хронического гайморита необходимо произвести санацию зубов и миндалин. Кроме того, два раза в год рекомендуется проводить профилактический курс витафонотерапии.

Применение «Витафона» при лечении гайморита

День		Область К		Область D1		Область G	
		Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин
1	Утро	—	—	—	—	—	—
	Вечер	2	10	1	3	1	2
2	Утро	2	12	1	3	1	3
	Вечер	2	12	1	3	1	3
3	Утро	2	15	1	4	1	5
	Вечер	2	15	1	4	1	5
4	Утро	2	15	1	5	1	7
	Вечер	2	15	1	5	1	7
5	Утро	2	15	1	4	1	9
	Вечер	2	15	1	4	1	9
6	Утро	2	15	1	3	1	11
	Вечер	2	15	1	3	1	11
7	Утро	2	15	1	3	1	13
	Вечер	2	15	1	3	1	13
8–13	Утро	2	15	1	3	1	15
	Вечер	2	15	1	3	1	15
14	Утро	2	10	1	3	1	10
	Вечер	2	10	1	3	1	10
15	Утро	2	10	1	3	1	5
	Вечер	2	10	1	3	1	5

ОСТРАЯ РЕСПИРАТОРНАЯ ВИРУСНАЯ ИНФЕКЦИЯ

☒ *Более двух лет пользуюсь «Витафоном». Замечательный аппарат, эффект также замечательный, особенно при лечении простудных заболеваний, зубной боли, болей в пояснице, при спазмах сосудов.*

Очень благодарен всем тем, кто имеет отношение к созданию и распространению «Витафона», а также специалистам-консультантам.

Пожелание — больше дополнительных методик для лечения заболеваний, так как аппарат очень многопрофильный.

*С. А. Г.,
г. Энгельс*

Острая респираторная вирусная инфекция (ОРВИ), или простуда, вызывается различными вирусами на фоне общего ослабления организма. Предрасполагающие факторы заболевания четко не определены. Переохлаждение само по себе простуду не вызывает. Считается также, что на восприимчивость человека к инфекции не влияют характер питания и состояние дыхательных путей. Однако нельзя отрицать тесную связь ОРВИ с интенсивностью восстановления слизистых оболочек дыхательных путей, которая безусловно зависит от качества крови, в том числе и от степени ее зашлакованности. Может быть, поэтому, несмотря на отсутствие явной связи характера питания с ОРВИ, спустя 2-4 недели после больших праздников (Нового года, Международного женского дня) и летних отпусков наблюдаются пики частоты заболеваний ОРВИ. Постепенное накопление шлаков в крови и соответствующее снижение интенсивности регенеративного (восстановительного) процесса ослабляют защитные силы организма и могут стать предрасполагающим фактором заболевания ОРВИ.

Не менее важно присутствие в организме специфических антител, отражающих вирусные атаки. Они образу-

ются в результате формирования относительного иммунитета, поэтому принимать антибиотики, которые препятствуют выработке собственного иммунитета, при ОРВИ не рекомендуется.

Для того чтобы уменьшить частоту ОРВИ, советуем 3-4 раза в год проводить профилактический курс витафонотерапии по схеме 27.

Схема 27

Применение «Витафона» для профилактики ОРВИ

День		Область D1		Область D2		Область К	
		Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин
1	Утро	—	—	—	—	—	—
	Вечер	1	3	1	3	2	10
2	Утро	1	3	1	3	2	12
	Вечер	1	3	1	3	2	12
3	Утро	1	4	1	4	2	15
	Вечер	1	4	1	4	2	15
4-8	Утро	1	5	1	5	2	15
	Вечер	1	5	1	5	2	15
9	Утро	1	4	1	4	2	15
	Вечер	1	4	1	4	2	15
10	Утро	1	3	1	3	2	12
	Вечер	1	3	1	3	2	12

При появлении первых признаков заболевания можно попытаться его избежать, воспользовавшись схемой 28. Остановить ОРВИ в середине болезни нельзя, но можно облегчить состояние больного, проведя курс витафонотерапии по схеме 29.

Схема 28

**Применение «Витафона»
при появлении первых признаков ОРВИ**

День		Область D1		Область D2		Область К	
		Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин
1	Утро	1	2	1	2	2	8
	Полдень	1	3	1	3	2	10
	Вечер	1	5	1	5	2	15
2	Утро	1	5	1	5	2	18
	Полдень	1	3	1	3	2	8
	Вечер	1	5	1	5	2	18
3	Утро	1	5	1	5	2	15
	Полдень	1	3	1	3	2	10
	Вечер	1	2	1	2	2	8

Применение «Витафона» при острой форме ОРВИ и рините

День	Область D1		Область D2		Область G		Область K	
	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин
1	Утро	—	—	—	—	—	—	—
	Вечер	1	1	3	1	2	2	10
2	Утро	1	1	3	1	3	2	12
	Вечер	1	1	3	1	3	2	12
3	Утро	1	1	4	1	4	2	15
	Вечер	1	1	4	1	4	2	15
4-7	Утро	1	1	5	1	5	2	15
	Вечер	1	1	5	1	5	2	15
8	Утро	1	1	4	1	4	2	15
	Вечер	1	1	4	1	4	2	15
9	Утро	1	1	3	1	3	2	12
	Вечер	1	1	3	1	3	2	12
10	Утро	—	—	—	—	—	—	—
	Вечер	1	1	3	1	2	2	10

РИНИТ (насморк)

✉ *Уважаемый господин директор!*

Нет слов, чтобы выразить всю глубину благодарности и признательности за такой щедрый подарок в столь суровое для нас, пенсионеров, время. Честно признаюсь, не ожидали получения отремонтированного аппарата — привыкли к отказам. И какова была наша радость, когда мы его получили. Сразу опробовали на внучке: у нее начинался насморк. И, как всегда, «Витафон» помог — насморк отступил.

Спасибо Вам большое. Желаем Вам и Вашему коллективу творческих удач и успехов, крепкого здоровья и семейного благополучия.

*С уважением, Г. С. И.,
Калининград*

Как известно, одним из неприятных проявлений гриппа и острых респираторных заболеваний является насморк, или, как говорят специалисты, острый ринит. Обычно его воспринимают как досадный, но несерьезный пустячок, который «лечат» всевозможными каплями — нафтизином, галазолином и прочими современными и более дорогими их аналогами, принцип действия которых совершенно идентичен: сосуды временно сужаются, отек слизистой проходит и можно свободно подышать. Но мы не случайно взяли слово «лечат» в кавычки: подобные средства никакого лечебного действия на воспаленные слизистые ткани не оказывают, а порой приносят даже вред.

Такой «пустячок», как насморк, запускает в организме длинную цепочку патологических изменений. Воспаленная слизистая оболочка носа перестает выполнять свои основные функции: не может должным образом очистить и обезвредить поступающий в легкие воздух. Через поврежденную слизистую в кровь проникает вирусная инфекция, которая

может дать осложнения. У человека, страдающего насморком, даже повышается внутричерепное давление. Вот вам и «пустячок». Капли, как мы выяснили, слизистую не лечат, а дают лишь временную передышку. А при очень частом их употреблении ткани слизистой могут пострадать (применять капли можно не чаще трех раз в день и не дольше 5-7 дней). Закапывать в нос подогретое растительное масло тоже совершенно бессмысленно. Тем не менее острый ринит лечить необходимо, чтобы он не перешел в хронический и не дал таких грозных осложнений, как гайморит, фронтит, менингит.

Как лечить? Фармацевты не придумали ничего лучше старых народных средств. Начинать борьбу с насморком нужно с промывания носа любой минеральной водой или физраствором (чайная ложка соли на пол-литра воды). Делать это лучше всего 20-граммовым шприцем, надев на него тонкую полиэтиленовую трубочку. После этого хорошо сделать горячую ножную ванну или поставить на подошвы горчичники, надев сверху полиэтиленовые пакеты и шерстяные носки. Затем необходимо применить «Витафон».

Ринит — заболевание, сходное с острой респираторной вирусной инфекцией, поэтому лечение проводится по той же схеме (схема 29, с. 144). При своевременно начатых процедурах развитие ринита удастся предотвратить. В процессе витафонотерапии выделения из носа могут временно (на 1-2 дня) усилиться. Если они не прекращаются на 14-й день, возможно, заболевание носит аллергический характер. В этом случае следует обратиться к аллергологу. При аллергическом рините «Витафон» можно применять только на завершающей стадии лечения и в сочетании с противоаллергическими препаратами.

Людям, склонным к риниту, один раз в две недели рекомендуется проводить следующие профилактические процедуры витафонотерапии:

на область К	— режим 2	15 минут,
на область D1	— режим 1	3 минуты,
на область D2	— режим 1	3 минуты,
на область G	— режим 1	10 минут.

Такую же профилактику целесообразно провести в случае переохлаждения.

НЕЙРОСЕНСОРНАЯ ТУГОУХОСТЬ

✉ *Здравствуйте, дорогие друзья!
Бесконечное вам Спасибо!!!*

В 1996 году я приобрел два аппарата «Витафон», в семью сына и себе. Более 10 лет у меня болели суставы в обоих плечах и бедренный сустав левой ноги. Амбулаторное лечение не помогло, а потом «Витафон» — и я простился с ужасными болями в суставах. Спасибо вам, Дорогие.

В нашей Волгоградской газете «Областные Вестни» я прочитал о лечении тугоухости и решил вам написать. Как лечить, как, в какое место точно прикладывать виброфоны?

Поздравляю Всех Вас с Наступающим Новым 1999 годом! До свидания.

*Николай Алексеевич Л.,
Волгоград*

Известный французский философ Мишель Монтень в XVI веке писал: «Глухота — более тяжкий физический недостаток, чем слепота. Она лишает человека главного его качества — способности быстрого и свободного общения». Мы хорошо знаем, что 98% информации о внешнем мире приносит зрение и только 1% приходится на долю слуха. Тем не менее для человека этот один процент чрезвычайно важен. Частичная или полная утрата слуха приводит к затруднению общения и как следствие — к замкнутости и одиночеству. Физически здоровые люди, потерявшие слух, часто оказываются нетрудоспособными. Особенно опасна потеря слуха в детском возрасте, так как это отрицательно сказывается на интеллектуальном развитии, способности к образному и абстрактному мышлению. По различным литературным источникам от 4 до 6% населения нашей планеты страдает теми или иными расстройствами слуха.

Слуховая система включает в себя наружное, среднее и внутреннее ухо, проводящие нервные слуховые пути, слуховой центр коры головного мозга.

Наружное и среднее ухо, а также жидкость внутреннего уха выполняют звукопроводящую функцию. Множество специфических нервных (слуховых) рецепторов, расположенных во внутреннем ухе, выполняют звуковоспринимающую функцию. Нарушение звукопроводящей функции называют кондуктивной тугоухостью, а нарушение звуковоспринимающей функции — нейросенсорной тугоухостью.

Современные статистические данные свидетельствуют о том, что выраженная тугоухость, затрудняющая общение людей, в 80-90% случаев обусловлена нейросенсорной тугоухостью. «Нейросенсорная тугоухость» — это обобщающее понятие, которое заменило существующие ранее понятия «неврит слухового нерва», «кохлеарный неврит».

Нейросенсорная тугоухость может быть вызвана травмами, перенесенными инфекционными заболеваниями, интоксикацией, связанной с применением ототоксических лекарств (стрептомицин, неомицин, гентомицин и др.), длительным воздействием шума у людей таких профессий, как летчики, артиллеристы, машинисты, станочники и др. Очень часто нейросенсорная тугоухость связана с возрастными изменениями, некоторыми другими сопутствующими заболеваниями (болезнь Меньера, остеохондроз позвоночника, отосклероз и др.).

Как правило, тугоухость развивается постепенно и редко выявляется на ранних стадиях. Несмотря на большое разнообразие причин, вызывающих снижение слуха, их в значительной степени объединяет одно — нарушение кровоснабжения слуховых рецепторов.

Лечение тугоухости представляет собой сложную задачу, требующую больших усилий со стороны врача и больного. Лечение должно быть комплексным, последовательным, начинать его следует в максимально ранние сроки после начала заболевания. В арсенале врачей имеются десятки лекарственных средств различного действия, однако их эффективность, как правило, снижена из-за нарушенного кровоснабжения в пораженной области. Именно поэтому актуальным оказывается применение «Витафона». Заметно повышая эффективность лекарственных препаратов, он может быть полезен на всех этапах лечения. Кроме того, «Витафон» используется для профилактики осложнений.

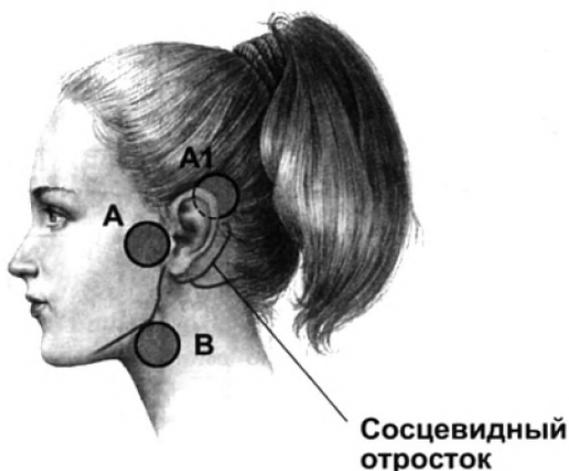


Рис. 4. Установка виброфонов при лечении нейросенсорной тугоухости и тонзиллита

Лечение нейросенсорной тугоухости «Витафоном» следует проводить после детального обследования и консультации отоларинголога. Процедуры выполняют по схеме 30 в спокойной обстановке, за 2-3 часа до сна, в положении сидя или лежа. Один виброфон устанавливается над сосцевидным отростком (область A1, рис. 4), другой — на область перед козелком уха (область A). Виброфоны фиксируются и плотно, но без усилия прижимаются руками. Ошибка в 1-2 см несущественна. Важнее выбрать ровное место. Критерием выбора могут служить максимальные ощущения микровибрации на низкой частоте. Процедуры проводятся 2 раза в день по 5-10 минут на каждое ухо. В курс лечения, который продолжается 14 дней, включено воздействие на область К для улучшения качества крови и области D1 и D2, влияющие на тонус сосудов головы.

Рекомендуется провести 3-4 курса лечения. Перерыв между курсами — 10-14 дней. Применение аппарата «Витафон» эффективно как в стационарных, так и в амбулаторных условиях и может сочетаться с традиционными методами лечения нейросенсорной тугоухости. Данный комплекс лечения целесообразно проводить раз в полгода. Он может быть также применен и при лечении кондуктивной тугоухости, но с меньшей результативностью.

Применение «Витафона» при лечении нейросенсорной тугоухости и отита

День	Область К		Область D1		Область D2		Область А		Область А1	
	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин
1	Утро	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	Вечер	2	5	1	3	1	3	1	3	1
2	Утро	—	—	1	3	1	3	1	3	1
	Вечер	2	8	1	3	1	3	1	3	1
3	Утро	—	—	1	4	1	4	1	3	1
	Вечер	2	10	1	4	1	4	1	3	1
4-12	Утро	—	—	1	5	1	5	1	3	1
	Вечер	2	10	1	5	1	5	1	3	1
13	Утро	—	—	1	4	1	4	1	3	1
	Вечер	2	8	1	4	1	4	1	3	1
14	Утро	—	—	1	3	1	3	1	3	1
	Вечер	2	5	1	3	1	3	1	3	1

ВОСПАЛЕНИЕ СРЕДНЕГО УХА (ОТИТ)

✉ *Уважаемый Вячеслав Алексеевич!*

Пишу Вам с чувством глубокой благодарности за создание Вашего чудо-аппарата. В течение ряда лет я страдала от сезонных отитов. С наступлением осенних холодов я была неизменной пациенткой ЛОР-врача. Какие только препараты и методы лечения мне не пришлось испытать! Но... с наступлением ноябрьской сырости больное ухо давало о себе знать. Не знаю, как долго это продолжалось бы и чем бы это все закончилось, если бы после очередного похода с рецептом в аптеку я не обратила внимания на Ваш «Витафон».

Цена «Витафона» превышала курс моего лечения всего лишь в 2,5–3 раза! Но за сезон мне приходилось курс лечения повторять и два раза. А в позапрошлом году даже три! Позже, прочитав инструкцию и оценив всю полноту гаммы возможного применения, окончательно утвердилась в направлении выбора. Признаюсь честно, сразу применить «Витафон» для лечения уха я не решилась. Попробовала вылечить начинавшуюся попутно простуду. И о чудо! После 5–6 сеансов все как рукой сняло. После этого смело приступила к лечению отита. Теперь я уверена, что «Витафон» — такая же незаменимая и необходимая часть домашней аптечки, как йод и градусник. Наверное, даже более важная. С Вашим «Витафоном» я стала домашним доктором в буквальном смысле слова. Лечу и мужа, и детей, но прежде всего себя. Я искренне благодарна Вам за Ваше изобретение, за то, что Вы дарите людям возможность побороть свои болезни, возможность жить без боли.

*Еще раз с глубокой признательностью
Ольга Федоровна Д.,
Санкт-Петербург*

Воспалительные заболевания среднего уха могут быть острыми и хроническими. Отиты сопровождаются выраженными болевыми ощущениями, гноетечением, снижением слуха на пораженное ухо. Кроме того, гнойные заболевания среднего уха могут вызвать тяжелые, опасные для жизни осложнения — менингит, абсцесс мозга, тромбоз сосудов твердой мозговой оболочки, отогенный сепсис.

Отиты могут развиваться самостоятельно, а могут являться осложнением острых респираторных заболеваний.

Хронические заболевания среднего уха трудно поддаются лечению, длятся годами, зачастую вынуждая людей менять профессию (музыканты, связисты, летчики, машинисты, водители). Для того чтобы избежать жизненно опасных осложнений у больных с отитами, приходится прибегать к оперативному лечению, однако, спасая жизнь, хирург зачастую не может вернуть слух.

Как часто приходится слышать: надуло в ухо, и через день-два развился воспалительный процесс — отит. Всего одна процедура на ночь аппаратом «Витафон» в режиме 1 на области А и А1 (см. рис. 4, с. 149) в течение 10 минут в тот же день, когда произошло переохлаждение, поможет предотвратить развитие осложнений. Лечение отита будет более успешным, если на фоне медикаментозной терапии проводить фонирующее по той же схеме, что и при нейросенсорной тугоухости (см. схему 30, с. 150).

Особенно эффективна витафонотерапия в начальной стадии заболевания. Один виброфон устанавливают на область А, другой — на область А1.

При остром воспалении аппарат может применяться только в сочетании с противовоспалительными препаратами и под наблюдением врача.

БОЛЕЗНИ ЗУБОВ

- ✉ *Приобрел аппарат в апреле 1998 г. Я пенсионер, шесть лет на пенсии. Остеохондроз поясничный, заболевания суставов (колен и локтей), пародонтоз, стоматит и прочие заболевания зубов — со всеми этими заболеваниями прекрасно справляется «Витафон», причем без всяких лекарств. Больше года я копил деньги на этот аппарат (пенсия как раз была 370 руб.) и теперь об этом не жалею.*

*Борис Степанович А.,
г. Курган*

- ✉ *С огромной благодарностью Вам от моей матери Нины Ивановны К., которая с успехом вылечила гранулемы на корне зубов, также деформирующий артроз.*

*Спасибо Вам огромное.
Ленинградская обл.*

Есть в нашем теле органы, важность которых мы, как правило, недооцениваем. Даже называть зубы серьезным словом «орган» как-то непривычно. Тем не менее от состояния полости рта во многом зависит, насколько будет здоров весь организм. Чаще всего мы запускаем процесс и начинаем лечение; уже когда запах изо рта дает о себе знать или начинает болеть зуб. Рассмотрим основные проблемы, с которыми приходится сталкиваться практически каждому, — кариес, периодонтит и пародонтоз.

Кариес — разрушение защитной эмали зуба, которое может закончиться проникновением инфекции и развитием воспалительного процесса на корне зуба. В образовании эмали участвуют компоненты слюны и крови, питающей зуб. При недостаточной скорости роста эмали имеет место склонность к кариесу.

Скорость роста эмали зависит от состава выделяемой слюны, от кровоснабжения зуба. Эмаль растет неравномерно на разных зубах и поверхностях и так же неравномерно изнашивается. У десны, особенно в области слюнных желез, обычно образуется зубной камень, а на режущей кромке зуба возникает кариес. По разным причинам кариес может развиваться и в других местах.

В образовании камня участвуют слюна, бактериальный налет и микрочастицы пищи, оставшиеся возле десны. Растущий камень отодвигает десну, где постепенно образуются так называемые карманы, в которые попадает пища и скапливаясь начинает гнить. В результате развивается хронический воспалительный процесс, приводящий к ускорению роста камня и разрушению костной ткани. Зубы шатаются и выпадают. Этот процесс называется пародонтозом. Он играет немалую роль в проникновении инфекции внутрь челюсти — в результате может развиваться периодонтит. Та же инфекция разносится с кровью по всему организму. Поэтому неудивительно, что у людей с больными зубами чаще, чем у других, возникают ревматоидные артриты, пиелонефриты, тонзиллиты, ревмокардиты, циститы, простатиты и прочие хронические заболевания, связанные с деятельностью бактерий.

Таким образом, основными причинами болезней зубов являются: выделение неоптимального количества слюны и ее неоптимальный состав, плохое кровоснабжение зуба и некачественная кровь, неравномерные рост и износ эмали, неудаленные остатки пищи и бактериальный налет.

Разумеется, все осведомлены о том, что нужно чистить зубы. Но, как ни странно, далеко не все знают, как правильно это делать. А ведь умение чистить зубы намного важнее, чем выбор той или иной зубной пасты. Цель чистки зубов — удаление остатков пищи и массаж десен. Удалять пищу лучше всего с помощью зубных щеток, зубных ершиков или нитей. Зубной щеткой делают движения только в одну сторону — от места, где заканчивается корень зуба, вдоль него до жевательной кромки зуба. Движения при правильной чистке зубов напоминают «выметание» с одновременным прижатием десны к зубу. Стоматологи рекомендуют выполнять 10 таких движений по одному и тому же месту. Вся процедура занимает 2-3 минуты. Нельзя делать обратные движения, которые способствуют отслаиванию десны.

Жевательную поверхность зуба надо чистить очень осторожно, чтобы только удалить пищу. Она и так достаточно изнашивается жевательным процессом. Более эффективно удалить остатки пищи, попавшие между зубов, можно зубными ершиками и нитями. Чем добросовестнее вы будете чистить зубы, тем больше шансов сохранить их здоровыми.

Однако одной чистки зубов может оказаться недостаточно. При склонности к кариесу необходимо выполнять профилактические процедуры «Витафоном» по схеме 32 четыре раза в год. В курс обязательно входят процедуры на области К, позволяющие повысить качество крови. Необходимо каждые полгода посещать стоматолога для осмотра и снятия камней.

На начальных стадиях пародонтоза достаточно снять камни и пройти профилактический курс фонирувания по схеме 33. Если камни не удалены или удалены плохо, то витафонотерапия будет неэффективна, поскольку камень не дает десне прирасти к зубу. Если придесневые карманы уже большие, то для снятия камней приходится прибегать к хирургической операции. Лишь при полностью удаленном камне десна прирастет вновь. Через 6-10 часов после операции можно приступать к витафонотерапии по схеме 34. Фонирувание необходимо, чтобы десна быстрее и прочнее приросла к зубу, чтобы снять отек и предотвратить осложнения. «Витафон» применяют на фоне антисептической терапии, назначенной врачом.

Если вследствие кариеса в канал зуба проникла инфекция, в нем начинает развиваться воспалительный процесс. До посещения стоматолога, к которому необходимо явиться как можно скорее, можно провести следующее лечение. Тщательно вычистив зубы от пищи и прополоскав полость рта антисептическим раствором (например, водной настойкой ромашки), между щекой и десной на 2-3 минуты помещают небольшой ватный тампон, смоченный раствором Люголя. Тампон смачивают лишь с одной стороны, той, которую прикладывают к корню больного зуба. Одновременно начинают фонировать больной зуб по схеме 31. Виброфон устанавливают так, чтобы его центр находился над корнем зуба. Через 2 минуты тампон удаляют, а фонирувание продолжают. После лечения зуба у стоматолога делают еще несколько процедур «Витафоном».

Если воспаление произошло под коронкой, больной оказывается перед выбором — снимать коронку и искать канал проникновения инфекции или попытаться вылечить зуб так. Консультации стоматолога помогут сделать правильный выбор. Если вместо коронки стоит мост, выбор из-за экономических соображений иногда делается в сторону лечения без снятия моста. В этом случае лечение необходимо продолжать в течение 10-14 дней, сократив на 4-й день время удержания ватного тампона, смоченного раствором Люголя, до 1-1,5 минуты. Процедуры повторить через 2 недели. В последующем для предупреждения рецидива нужно два раза в год проводить профилактический курс витафонотерапии на соответствующую часть челюсти по той же схеме.

Применение «Витафона» окажется полезным после анестезии, после лечения канала зуба и после протезирования с целью восстановления кровоснабжения и предупреждения осложнений. «Витафон» делает значительно более эффективным любое традиционное лечение, но вовсе не заменяет его.

Схема 31

Применение «Витафона» при лечении воспалительного процесса в канале и на корне зуба

День		Область К		Область больного зуба (с тампоном)		Область больного зуба (без тампона)	
		Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин
1	Утро	—	—	—	—	—	—
	Вечер	2	10	2	2	2	6
2	Утро	2	10	2	2	2	8
	Вечер	2	10	2	2	2	8
3-4	Утро	2	10	—	—	2	10
	Вечер	2	15	2	2	2	8
5-7	Утро	2	10	—	—	2	10
	Вечер	2	15	—	—	2	8

Применение «Витафона» при профилактике кариеса

День	Область К		Верхняя левая челюсть		Верхняя правая челюсть		Нижняя левая челюсть		Нижняя правая челюсть	
	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин
1	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	2	10	—	—	—	—	—	—	—	—
2	2	10	2	3	2	3	—	—	—	—
	2	10	—	—	—	—	2	3	2	3
3-5	2	10	—	—	—	—	2	4	2	4
	2	15	2	4	2	4	—	—	—	—
6-8	2	10	2	4	2	4	—	—	—	—
	2	15	—	—	—	—	2	4	2	4
9	2	10	2	3	2	3	—	—	—	—
	2	10	—	—	—	—	2	3	2	3
10	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	2	10	—	—	—	—	—	—	—	—

Примечание. Оба виброфона устанавливаются вдоль челюсти.

Применение «Витафона» при лечении пародонтоза

День	Область К		Верхняя левая челюсть		Верхняя правая челюсть		Нижняя левая челюсть		Нижняя правая челюсть	
	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин
1	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	2	10	—	—	—	—	—	—	—	—
2	2	10	1	3	1	3	—	—	—	—
	2	10	—	—	—	—	1	3	1	3
3-5	2	10	—	—	—	—	—	—	—	—
	2	15	2	4	2	4	—	—	—	—
6-8	2	10	2	4	2	4	—	—	—	—
	2	15	—	—	—	—	—	—	2	4
9	2	10	2	3	2	3	—	—	—	—
	2	10	—	—	—	—	—	—	2	3
10	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	2	10	—	—	—	—	—	—	—	—

Примечание. Процедуры проводят после снятия зубного камня.

**Применение «Витафона» при лечении пародонтоза
с хирургическим удалением зубного камня**

День		Область К		Область операции	
		Режим	Время, мин	Режим	Время, мин
1	Утро	—	—	—	—
	Полдень	—	—	—	—
	Вечер	2	10	1	7
2	Утро	2	10	1	8
	Полдень	—	—	1	9
	Вечер	2	15	1	10
3–4	Утро	2	15	2	10
	Полдень	—	—	1	10
	Вечер	2	15	1	10
5–8	Утро	2	10	2	10
	Полдень	—	—	—	—
	Вечер	2	15	1	10
9	Утро	—	—	1	10
	Полдень	—	—	—	—
	Вечер	2	15	—	—
10–20	Утро	—	—	1	10
	Полдень	—	—	—	—
	Вечер	2	15	—	—
21	Утро	—	—	—	—
	Полдень	—	—	—	—
	Вечер	2	10	—	—

ДОБРОКАЧЕСТВЕННАЯ ГИПЕРПЛАЗИЯ (аденома) ПРЕДСТАТЕЛЬНОЙ ЖЕЛЕЗЫ

- ✉ С помощью «Витафона» я лечил ушибы, шейный остеохондроз, радикулит, цистит, аденому предстательной железы, простатит, бронхит, артрит. Благодаря ему я избежал операции по удалению аденомы. Аппарат заслуживает самой высокой похвалы. Это незаменимый лекарь в домашних условиях. Сердечное спасибо медикам, конструкторам и рабочим за столь оригинальное изделие.

*Иван Никитович М.
Ростов-на-Дону*

- ✉ Здравствуйте, дорогие товарищи изобретатели такого нужного для людей аппарата «Витафон».

Вот уже два года как я купил «Витафон» по совету моего друга. И если бы вы знали, как я рад, что приобрел такого «доктора», нужного нам, пожилым людям, особенно в такое тяжелое время, когда лекарства недоступны из-за высоких цен. А вот «домашний доктор», как мы называем «Витафон», помогает избавляться от многих болячек, которые нам, старикам, не дают покоя. Я вот этим «доктором» остановил рост аденомы предстательной железы, можно сказать, почти избавился от нее, а также обошелся без операции. Да и жена успокаивает свои болячки при обострении — а их у нее целый букет, — и помогает в этом наш «доктор». Спасибо вам, дорогие, за такой аппарат. За два года как я приобрел «Витафон», я многим друзьям и родственникам посоветовал приобрести его, и они очень довольны. Успехов вам в вашем добром деле и крепкого здоровья на долгие годы.

*Николай Филиппович К., инвалид ВОВ II гр.,
Сочи*

Веселый все-таки народ — урологи. Надо обладать высоким чувством юмора, чтобы назвать заболевание, омрачающее закат жизни, пожалуй, большинства пожилых и старых мужчин, доброкачественной гиперплазией предстательной железы (ДГП), в недавнем прошлом именуемой аденомой. Разве не оно — доброкачественное — приводит к резкому ухудшению качества жизни, к постоянному дискомфорту, расстройству одной из важнейших функций организма — мочеиспускания, к задержке мочи, нарушению функции почек, уросепсису. Разве не оно приводит в конце концов многих пожилых и старых мужчин к необходимости оперироваться. Решиться на это не так уж просто — у многих из них, помимо ДГП, целый букет сопутствующих серьезных заболеваний. Именно поэтому многие больные, как утопающий за соломинку, хватаются за любую возможность отсрочить операцию, с энтузиазмом встречая каждое новое средство.

Надо думать, что не только больные более склонны выжидать, чем форсировать хирургическое лечение. Очевидно, это присуще и врачам. Операция по удалению аденомы предстательной железы является очень серьезным хирургическим вмешательством для пожилого человека с большим количеством сопутствующих болезней и поэтому несет в себе значительный риск для жизни. Конечно, там, где речь идет об абсолютных показаниях, вопрос более или менее ясен — нужно оперировать. Хотя и в этих случаях больные с камнями мочевого пузыря и периодической примесью крови в моче (что входит в перечень абсолютных показаний) не торопятся на операцию. То же касается и однократной острой задержки мочи, которую удается ликвидировать консервативными методами.

В тех случаях, когда показаний для операции по поводу ДГП еще нет, однако заболевание начинает себя проявлять, снижая качество жизни больного, целесообразно консервативное медикаментозное лечение с применением виброакустического аппарата «Витафон».

Симптомы проявления ДГП различны, не связаны с возрастом больных, размерами железы и не носят специфического характера. Иногда при небольшой величине ДГП проявления заболевания настолько яркие, что просто изнуряют больного, заставляют его обращаться к врачу и настаивать

на самых радикальных методах воздействия, вплоть до хирургического вмешательства. В то же время при профилактических осмотрах у некоторых больных обнаруживается ДГП больших размеров, а никаких клинических проявлений заболевания не наблюдается.

Наиболее типичными проявлениями заболевания являются: учащение мочеиспускания в ночное время, затрудненное мочеиспускание по утрам, вялая струя мочи, необходимость мочиться в несколько приемов. Нередко больные отмечают учащение мочеиспускания днем, с появлением повелительных позывов к мочеиспусканию больной не всегда может добежать до туалета.

Подобные проявления относительно благоприятны, поскольку заставляют больного обратиться к врачу уже при первых признаках заболевания. Поэтому диагноз устанавливается, как правило, своевременно и осложнения не успевают развиться.

В то же время у некоторых больных проявления заболевания выражены менее ярко — вялая струя мочи, необходимость натуживаться при мочеиспускании, чувство неполного опорожнения мочевого пузыря. У таких больных патологические процессы развиваются медленно, они поздно обращаются к врачу и нередко поступают в стационар уже с хронической задержкой мочи. В этих случаях у больного обнаруживаются выраженные изменения со стороны мочевых органов, и потому ни о каком консервативном лечении речь не идет — нужна операция. Подобные вялые проявления заболевания очень коварны, поскольку расцениваются больными как естественный процесс старения организма и приводят к несвоевременному обращению к урологу, зачастую уже по поводу острой задержки мочи. В этом случае больному выполняют предварительное отведение мочи, для чего накладывается надлобковый мочепузырный свищ. Значительные изменения мочевых органов у таких больных увеличивают риск оперативного вмешательства, и нередко им до конца своей жизни приходится оставаться с мочевым свищем, создавая большие неудобства для себя и окружающих.

Таким образом, необходимо во всех случаях, независимо от клинических проявлений заболевания, проводить полное обследование у уролога, чтобы избежать возможных оши-

бок в выборе оптимального метода лечения консервативного или хирургического плана.

Несмотря на то, что хирургическое лечение ДГП является самым радикальным методом, позволяющим удалить массу гиперплазированной ткани и тем самым ликвидировать препятствие для свободного мочеиспускания, ратовать только за хирургические методы лечения этого заболевания у всех больных было бы не совсем правильно. После операции может остаться учащенное мочеиспускание, иногда недержание мочи, неполное опорожнение мочевого пузыря. При абсолютных показаниях к операции больному необходимо хирургическое лечение — только оно может спасти жизнь больному.

В последнее время разработан целый ряд лекарственных препаратов, оказывающих положительный эффект при доброкачественной гиперплазии предстательной железы. Они позволяют в той или иной степени несколько улучшить акт мочеиспускания, струю мочи, сократить число мочеиспусканий ночью и днем, уменьшить количество остаточной мочи. Все это улучшает качество жизни больного, позволяет отсрочить или избежать операции. Однако нельзя не признать, что медикаментозное лечение имеет очень большие недостатки. Оно существенно помогает не всем. К тому же некоторые из этих препаратов стоят очень дорого и не каждому доступны. Лечение должно проводиться в течение многих месяцев с небольшими перерывами. Нищенские пенсии зачастую вынуждают пожилых людей делать выбор между дорогостоящими лекарствами, необходимыми для жизни, и хлебом. Таких пациентов в России подавляющее большинство.

Среди других методов консервативного лечения ДГП витафонотерапия может занять достойное место. Стоимость «Витафона» существенно ниже стоимости лекарственных препаратов (в расчете на месячный курс) при достаточно хороших результатах лечения. Благодаря улучшению кровообращения и лимфооттока в области предстательной железы и прилегающих к ней тканях уменьшается отек, улучшается сократительная способность мочевого пузыря. Все это способствует уменьшению числа мочеиспусканий, улучшению струи мочи и снижению количества остаточной мочи. Не менее важен и тот факт, что при совместном применении «Витафона» и медикаментозного лечения заметно повыша-

ется эффективность самих лекарственных препаратов за счет увеличения их концентрации в зоне воздействия.

Лечение доброкачественной гиперплазии (аденомы) предстательной железы с применением «Витафона» проводят по схеме 35. Процедуры проводят в положении лежа на спине. Для улучшения оттока крови под таз нужно подложить небольшую подушку. Перед проведением процедуры желательно не мочиться. Один из виброфонов устанавливается на промежность под мошонкой между заднепроходным отверстием и мошонкой, другой — внизу живота по срединной линии сразу выше лонного сочленения (область мочевого пузыря). Виброфоны придерживают рукой для плотного соприкосновения с кожей. Курс лечения — 15 дней. В холодное время года после процедуры не менее часа нужно находиться в тепле. В течение всего курса лечения необходимо тепло одеваться, не переохлаждаться. Перерыв между курсами — 1 неделя. После перерыва можно пользоваться аппаратом в течение 15 дней в режиме 4 (схема 35, курс 2). При появлении неприятных ощущений перейти к режиму 2.

После двух курсов лечения ДГП будет полезным выполнить курс витафонотерапии на пояснично-крестцовый отдел позвоночника по схеме 5 (см. с. 78). Затем после двухнедельного перерыва повторить первый и второй курсы лечения ДГП. Таким образом, цикл лечения ДГП составляет примерно 3 месяца. В дальнейшем его можно повторять 1-2 раза в год.

Эффективность лечения больных с доброкачественной гиперплазией предстательной железы аппаратом «Витафон» изучалась на базе Санкт-Петербургской государственной медицинской академии им. И. И. Мечникова. Уже после двухнедельного курса лечения у большинства больных уменьшилось количество дневных и ночных мочеиспусканий, увеличилась объемная скорость мочеиспускания, уменьшился объем остаточной мочи, улучшилось общее состояние. «Витафон» был рекомендован к применению при лечении больных с доброкачественной гиперплазией предстательной железы I стадии.

С каждым годом «Витафон» находит все более широкое применение при лечении ДГП. По опыту сотрудников клиники урологии Военно-медицинской академии, общаясь с больными, находящимися под наблюдением и пользующимися аппаратом «Витафон», выясняется, что у многих паци-

ентов имеет место отличный результат лечения. В качестве примера можно привести больного Н., 74 года, страдающего доброкачественной гиперплазией предстательной железы в течение 5 лет. Не лечился. Заболевание проявлялось вялой струей мочи, затрудненным мочеиспусканием днем, необходимостью в ночное время вставать мочиться 4-5 раз. Больной полноценно не отдыхал. Качество жизни его было низким. После двух курсов применения «Витафона» по 15 сеансов состояние больного резко улучшилось. Теперь в ночное время он встает мочиться 1 раз, а иногда ни разу. Струя мочи улучшилась. Мочеиспускание свободное. Больной говорит, что он «буквально ожил, появился интерес к жизни». Дорогостоящими медикаментами больной не пользовался. Подобных примеров можно привести много.

Не следует скрывать, что имеет место отсутствие эффекта у небольшого количества пациентов. Скорее всего это связано с запущенностью заболевания, наличием значительного количества остаточной мочи, нарушением функции мочевого пузыря. В этих случаях рекомендовано сочетание аппаратного лечения с медикаментозным или оперативное лечение.

В инструкции по применению «Витафона» указано, что его нельзя использовать при новообразованиях. Доброкачественная гиперплазия предстательной железы является новообразованием. При этом заболевании аппарат применять можно — он дает хорошие обнадеживающие результаты. Аппарат «Витафон» не следует применять при раке предстательной железы. Связано это с тем, что положительного результата не будет. Эффективное лечение рака предстательной железы в корне отличается от ДПП. Это химиотерапия, хирургические виды лечения, которые дают вполне удовлетворительные результаты. Все сказанное заставляет прийти к выводу, что, прежде чем применять «Витафон», необходимо детально обследоваться у уролога, установить точный диагноз, квалифицированно определиться с показаниями и противопоказаниями к лечению.

Показанием к применению аппарата «Витафон» является доброкачественная гиперплазия (аденома) предстательной железы I стадии. Условием для лечения пациентов с заболеванием II стадии является наличие остаточной мочи не более 150 мл или наличие грозных сопутствующих заболеваний, не позволяющих выполнить хирургическое вмешательство.

Доброкачественная гиперплазия предстательной железы давно занимает прочное место среди наиболее частых заболеваний мужчин пожилого и старческого возраста. Гистологически она обнаруживается у 20% мужчин в возрасте до 40 лет, у 40% — в возрасте 50—60 лет, у 70% — в возрасте 61—70 лет, и у 80% — в возрасте старше 70 лет. В урологических клиниках ФРГ доброкачественная гиперплазия предстательной железы стоит на первом месте среди всех заболеваний, по поводу которых в настоящее время проводится хирургическое лечение, и около 1 млн. мужчин приходит на поликлинические приемы ежегодно из-за клинических проявлений этого заболевания. Учитывая такую большую вероятность заболевания, рекомендуется, не дожидаясь его развития, проводить профилактические процедуры 1-2 раза в год по схемам 35 и 5.

Применение «Витафона» при лечении доброкачественной гиперплазии (аденомы) предстательной железы

Курс 1

День	Промежность и низ живота	
	Режим	Время, мин
1	1	15
2	1	15
3	2	15
4	2	15
5	2	15
6	2	15
7	2	15
8	2	15
9	2	15
10	2	15
11	2	15
12	2	15
13	2	15
14	2	15
15	2	15

Курс 2

День	Промежность и низ живота	
	Режим	Время, мин
1	4	15
2	4	15
3	4	15
4	4	15
5	4	15
6	4	15
7	4	15
8	4	15
9	4	15
10	4	15
11	4	15
12	4	15
13	4	15
14	4	15
15	4	15

ПРОСТАТИТ

✉ *Уважаемые создатели аппарата «Витафон»!*

Благодаря Вашему аппарату я почти вылечил простатит, которым страдаю около 30 лет.

*Михаил Абдулович В.,
Челябинская обл.*

Воспаление предстательной железы наблюдается у 35-45 процентов мужчин чаще всего в период активной половой жизни.

Проникновение инфекции в предстательную железу происходит чаще всего из мочеиспускательного канала восходящим путем и является осложнением перенесенного уретрита, в том числе и венерического. Инфекция попадает в железу с током крови из гнойных очагов в организме (фурункул, гайморит, тонзиллит и др.) и, значительно реже, по лимфатическим путям.

Развитию простатита способствует нарушение кровообращения в предстательной железе в результате венозного застоя и охлаждения, а также застой секрета, вызванный ослаблением нервно-мышечного тонуса железы. Предрасполагающими факторами могут явиться: длительная езда на автомобиле, мотоцикле, велосипеде, длительная верховая езда и сидячий образ жизни, переохлаждение, онанизм или незавершенный половой акт, злоупотребление алкоголем и др.

Простатит может протекать в острой или хронической форме. Острый простатит при правильном и своевременном лечении обычно заканчивается благоприятно. Хроническая форма болезни требует настойчивого грамотного многопланового лечения. Она отличается упорным рецидивирующим течением и проявляется неприятными ощущениями, зудом и периодически беспокоящими болями с характерной локализацией. У больного предстательная железа уплотнена, болезненна при ощупывании, в секрете ее повышено содержание лейкоцитов. Как правило, при половом акте на-

блюдается быстрое семяизвержение, иногда — болезненность при эякуляции и после нее; отмечается снижение работоспособности, чувство разбитости, раздражительность. Некоторые полностью «уходят в свою болезнь». Их перестают интересовать работа, семья, дети. Не получая удовлетворительных результатов, пациенты меняют врачей, пробуют новые антибиотики, проводят бесконечные курсы массажей, расходуют массу денег на лечение. У них развивается импотенция, что иногда разрушает семью. Пожалуй, никакое другое заболевание не имеет такого неблагоприятного эмоционального фона, как хронический простатит. Порой убеждаешься, что выражение некоторых шутников: «Предстательная железа — второе сердце мужчины» — имеет под собой серьезные основания.

Возникает парадокс — физически здоровый, молодой мужчина теряет интерес к жизни, а подчас становится нетрудоспособным.

Лечение больного хроническим простатитом — сложная задача, требующая больших усилий со стороны врача и больного. Нарушение кровообращения и лимфооттока в области предстательной железы снижает эффективность антибактериальных препаратов, концентрация их в этой области остается минимальной. «Витафон», обладая способностью улучшать кровообращение, значительно повышает результативность проводимого лечения.

Хронический простатит может проявляться в различных видах (застойный, бактериальный, хламидиозный, микробный, связанный с наличием камней в предстательной железе и т. п.). Лечение всех разновидностей простатита индивидуально и разнообразно. Выбрать правильный метод лечения можно после детального обследования и консультации уролога, желательно — имеющего опыт применения аппарата «Витафон».

Витафонотерапию при простатите следует проводить лежа на спине. При необходимости надо положить под область таза небольшую подушку, чтобы обеспечить горизонтальное положение тела и улучшить циркуляцию крови.

Один виброфон устанавливают на промежность, между анальным отверстием и мошонкой, другой — в нижней части живота, у верхнего края лонного сочленения по средней линии. Виброфоны плотно прижимают к коже. Ошибка в 1-2 см несущественна.

Лечение хронического простатита проводят по схеме 36. Вначале выполняют стандартный курс лечения, если эффект оказывается слабовыраженным, следует пройти усиленный курс. Если при использовании режима 4 появляются неприятные ощущения, надо вернуться к режиму 2.

Схема 36

Применение «Витафона» при лечении простатита

Стандартный курс лечения

День		Промежность, мочевой пузырь	
		Режим	Время, мин
1	Утро	1	15
	Вечер	—	—
2	Утро	1	15
	Вечер	—	—
3	Утро	2	15
	Вечер	—	—
4–8	Утро	2	15
	Вечер	—	—
9	Утро	4	15
	Вечер	—	—
10	Утро	4	15
	Вечер	—	—
11	Утро	4	15
	Вечер	—	—
12–17	Утро	2	15
	Вечер	—	—

Усиленный курс лечения

День		Промежность, мочевой пузырь	
		Режим	Время, мин
1	Утро	2	15
	Вечер	2	15
2	Утро	2	15
	Вечер	2	15
3	Утро	2	15
	Вечер	2	15
4–8	Утро	4	15
	Вечер	4	15
9	Утро	4	15
	Вечер	2	15
10	Утро	2	15
	Вечер	2	15
11	Утро	2	15
	Вечер	2	15
12–17	Утро	2	15
	Вечер	2	15

**Профилактический курс вигафонотерапии пояснично-крестцового отдела позвоночника
при лечении протатита и импотенции**

День	Область К		Область Е3		Область Е31		Область Е4	
	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин
1	Утро	—	—	—	—	—	—	—
	Вечер	1	1	2	1	2	1	2
2	Утро	1	1	3	1	3	1	3
	Вечер	1	1	4	1	4	1	4
3	Утро	2	1	5	1	5	1	5
	Вечер	2	1	5	1	5	2	4
4-18	Утро	2	1	5	1	5	1	5
	Вечер	2	1	5	1	5	2	5
19	Утро	2	1	5	1	5	1	5
	Вечер	2	1	5	1	5	1	5
20	Утро	1	1	4	1	4	1	4
	Вечер	1	1	3	1	3	1	3
21	Утро	—	—	—	—	—	—	—
	Вечер	1	1	2	1	2	1	2

Первые 7 дней перед процедурой необходимо один раз в сутки смазывать нижнюю часть живота 5-процентным раствором йода, при хорошей переносимости можно обрабатывать участок размером в две свои ладони (см. с. 60). В холодное время года после процедуры не менее часа надо находиться в теплом помещении. В течение всего курса лечения необходимо постоянно держать в тепле область таза, носить теплую одежду.

Лечение острого простатита необходимо проводить под наблюдением врача и сочетать с применением антибиотиков по его назначению.

Процесс лечения хронического простатита протекает обычно через обострение болезненных ощущений, длящееся 5-10 дней. В редких случаях на 2-4-й день наблюдается кратковременное снижение потенции, которая на 8-14-й день устойчиво увеличивается. При таком характере течения заболевания следует обязательно принимать антибиотики. Кроме того, необходимо еще больше утеплить область таза.

Если простатит сочетается с воспалением мочевого пузыря, то после 10-14 дней витафонотерапии моча становится прозрачной, боли проходят, число мочеиспусканий значительно сокращается, потенция улучшается, продолжительность полового акта увеличивается.

Хронический простатит требует 2-4 курсов лечения. Перерыв после первого курса — 3-5 дней, после второго и третьего — 2-3 недели. Вместо перерыва рекомендуется пройти профилактический курс витафонотерапии пояснично-крестцового отдела позвоночника по схеме 37.

Профилактически аппарат применяется в режиме 2 один раз в неделю, время сеанса — 15 минут. Каждые 2-6 месяцев можно повторить курс лечения для закрепления эффекта.

Климакс у мужчин

Если «баба в сорок пять — ягодка опять», то у мужчин в этом возрасте могут начаться неприятности, связанные с угасанием половой активности. Ничего не поделать: у каждого нормального мужчины от сорока шести до шестидесяти лет наступает климакс, лучшим лекарством от которого является не отчаяние и паника, а правильный образ жизни и терпеливое лечение.

Важное значение при мужском климаксе имеет рациональный режим труда, отдыха и питания. Не будут лишними лечебная гимнастика, пешеходные прогулки, занятия физкультурой.

Хорошие результаты дают физиотерапевтические процедуры как успокаивающего, так и тонизирующего действия, улучшающие кровообращение в половых органах. При лечении мужского климакса и нарушения половой функции прекрасно зарекомендовал себя «Витафон». Еще больший эффект достигается при комбинированном действии аппаратного метода и медикаментозных средств.

При лечении проявлений климакса следует учитывать, что половые расстройства при этом являются результатом изменений всего организма в связи с возрастной перестройкой. И если вы заметили, что ваш «час пробил», то в первую очередь необходимо обратиться к врачу, который поставит точный диагноз и назначит лечение. «Витафон» при климаксе применяется так же, как и при простатите.

ИМПОТЕНЦИЯ

✉ *Уважаемые сотрудники ТОО «Микроэмп»!*

Обращаюсь к Вам с просьбой выслать новую инструкцию с дополнительными методами лечения с помощью виброакустического аппарата «Витафон».

В свою очередь сообщаю, что аппарат «Витафон» очень хороший и полезный. Я вылечил в течение года бронхит и коленные суставы обеих ног. Спасибо Вам большое.

Сообщаю еще интересную вещь, что произошла со мной после двух сеансов с применением «Витафона». Более двух лет я страдал простатитом и очень часто бегал в туалет, а также были несколько раз провалы с женщинами. Влечение есть, а эрекции нет при всех благоприятных условиях. Но теперь все нормально и в этом отношении.

От всей души благодарю Вас за этот прибор. Выпустив его на просторы России, Вы избавили от недугов 10 тысяч человек.

Ш. В. П.

Импотенция — заболевание, которое характеризуется не только нарушением нормального полового акта вследствие ослабления или даже отсутствия эрекции, но преждевременным семяизвержением, отсутствием сексуальных ощущений, полового влечения, неспособностью иметь детей.

Расстройство половых функций представляет собой большую проблему для многих мужчин. По разным данным с ней сталкиваются от 60 до 80% мужчин в возрасте 20-40 лет. Примерно две трети общего числа больных женаты. Известно, что расстройства половой деятельности нередко служат поводом к семейным конфликтам, приводят к физическому и нервно-психическому истощению человека.

Причины импотенции настолько многообразны, что лечением больных занимаются врачи многих специальностей:

невропатологи, психиатры, урологи, эндокринологи, дерматолого-венерологи, гинекологи и др.

К нарушению половой функции у мужчин могут привести самые разные ситуации и заболевания. Не очень умная и неделикатная женщина может зло пошутить о неудавшемся половом акте, совсем не задаваясь вопросом, почему это произошло. А ведь причиной может оказаться усталость, неприятности на работе и многое другое. Но вместо поддержки и сочувствия мужчина встречает злые насмешки. У него появляются неуверенность, страх, ожидание повторной неудачи и как результат — развивается импотенция. В этом случае беседа грамотного психолога с больным и его партнершей позволяет все поставить на свои места — половая функция восстанавливается.

Сложнее обстоит дело при органических и функциональных заболеваниях нервной системы — головного и спинного мозга, где у человека расположены половые центры. Их недостаточное кровоснабжение или перевозбуждение приводят к импотенции. Среди причин этих нарушений — половые излишества, прерванный половой акт, неудовлетворенное сексуальное возбуждение, онанизм, половое воздержание и тому подобное.

Большое значение в развитии импотенции имеют различные заболевания мужских половых органов: простатит, атония предстательной железы, доброкачественная гиперплазия (аденома) предстательной железы, воспаление мочеиспускательного канала и семенного бугорка (как венерического, так и невенерического происхождения), последствия травм полового члена, яичек и их придатков, гормональные нарушения.

Все перечисленные заболевания сопровождаются нарушением кровообращения и лимфооттока в области половых органов, в спинном мозгу, на путях иннервации, обеспечивающих полноценный половой акт.

Собственно эрекция возникает за счет слаженной работы специальной группы мышц, в результате которой происходит наполнение пещеристых тел полового члена кровью. Хорошее кровоснабжение мышечных волокон и эффективное управление со стороны нервной системы — необходимое условие для полноценной эрекции.

Именно поэтому применение «Витафона» дает прекрасные результаты в лечении импотенции.

Не стоит считать, что, купив аппарат, вы автоматически станетесь «половым гигантом». Так может подумать только тот, кто не сталкивался с проблемой импотенции. Лечение этого заболевания чрезвычайно сложно, требует участия грамотного врача, терпения и серьезного отношения со стороны больного.

Витафонотерапию следует начинать с курса воздействия на пояснично-крестцовый отдел позвоночника по той же схеме, что и при простатите (схема 37, с. 171). Именно здесь чаще всего теряется управление половой функцией. Второй этап лечения включает воздействие на область патологии со стороны промежности и мочевого пузыря по той же методике, как при простатите. Кроме того, положительный эффект может оказать дополнительная установка виброфона на области С (7-8 минут) и F (5-6 минут) в режиме 1 (при весе свыше 80 кг — в режиме 2) (схема 38). При аритмии, а также при наличии имплантированных стимуляторов сердечного ритма процедуры на области F проводить нельзя. В дальнейшем основной и предварительный курс чередуются.

Схема 38

Применение «Витафона» при лечении импотенции

День	Промежность, мочевой пузырь		Область С		Область F	
	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин
1-2	1	15	1	7-8	1	5-6
3-8	2	15	1	7-8	1	5-6
9-11	4	15	1	7-8	1	5-6
12-17	2	15	1	7-8	1	5-6

ЦИСТИТ

✉ *Уважаемые товарищи!*

Я получила ваш прибор «Витафон» в конце октября 1998 года. За это время провела четыре полных курса. Сегодня могу уже с полной уверенностью сказать, что все, что писалось и говорилось об этом приборе, — правда.

Для себя я уже решила проблемы с почками и мочевым пузырем. Это именно то, на что я и рассчитывала. Помимо этого у меня появились рефлексы и некоторая чувствительность тех мышц ног, о которых я уже давно забыла и не надеялась когда-либо вспомнить. Исчезли нервозность и бессонница.

*Антонина Борисовна С.,
Красноярский кр.*

Цистит — воспаление мочевого пузыря — может быть как самостоятельным (первичным) заболеванием, так и следствием другой патологии в мочевом пузыре (мочевые камни, опухоли, инородные тела, введенные в мочевой пузырь через мочеиспускательный канал, и т. п.).

Цистит чаще встречается у женщин и, как правило, является у них первичным заболеванием. У мужчин цистит почти всегда представляет собой осложнение какой-то другой патологии. Большую роль в этом играет доброкачественная гиперплазия (аденома) предстательной железы.

Проявляется цистит учащенным, болезненным внизу живота мочеиспусканием. Иногда мочеиспускание настолько частое, что больные «привязаны» к туалету, не могут выйти на улицу: в магазин, погулять. Некоторые знают все туалеты на пути следования и идут от одного к другому. Порой позыв на мочеиспускание возникает каждые 5-10 минут. Больные не высыпаются, их нервная система истощается. Женщины носят в трусах постоянно промокающие прокладки. Мужчины, чтобы не попасть в неудобное положение на людях, крепят к

половому члену мочеиспускательного канала, полиэтиленовые мешочки. От таких больных начинает пахнуть мочой. Они становятся неприятными себе и нетерпимыми окружающими.

Лечение длительно протекающего цистита приводит к временному нестойкому улучшению. Обострение вызывает любой неблагоприятный фактор — переохлаждение, сквозняк, острые респираторные заболевания, нарушение диеты (исключается острое, соленое, кислое, специи и т. п.) и многое другое. Длительно протекающий воспалительный процесс вызывает рубцовые изменения в стенке мочевого пузыря. Емкость мочевого пузыря резко уменьшается, иногда составляя 20-50 мл, и как только набирается такое количество мочи, возникает позыв на мочеиспускание. Некоторые больные вынуждены спать с «уткой».

Говорят, что от цистита еще никто не умер. Это правда. Но попробуйте пожить в положении человека, страдающего этим недугом. Никому такого не пожелаешь!

При цистите в измененной стенке мочевого пузыря резко нарушается кровообращение и лимфоотток. В связи с этим лекарственные препараты не поступают к больному органу, требуется увеличивать их дозу, что иногда небезвредно и дорого, а эффект снижен всегда.

«Витафон» способен значительно улучшить кровообращение и лимфоотток в области малого таза и мочевого пузыря, снять отек тканей, нормализовать тонус мышц мочевого пузыря. Даже одно это уменьшает болезненность мочеиспусканий и снижает их частоту. К тому же увеличивается эффективность антибактериального и противовоспалительного лечения цистита. Аппаратом можно пользоваться и в период относительного благополучия без медикаментозного лечения. Это помогает избежать обострения, добиться стойкого продолжительного эффекта.

Следует отметить, что использование «Витафона» без верно поставленного диагноза бывает неэффективно и порой неправильно. Какой смысл пользоваться аппаратом, если в мочевом пузыре камень, опухоль, инородное тело? Нужно удалить причину цистита — и воспаление стихнет. Из этого следует, что заниматься самолечением без детального обследования и рекомендаций врача недопустимо.

Как показал опыт клиники урологии Военно-медицинской академии, применение «Витафона» для лечения цистита высокоэффективно, безвредно и имеет большие перспективы. В

стадии обострения цистита «Витафон» применяется в сочетании с медикаментозной терапией. В стадии ремиссии аппаратом можно пользоваться без противовоспалительных средств — достаточно в течение 10 дней перед каждой процедурой на ночь смазывать низ живота 5%-м раствором йода.

Выполнять процедуры следует утром и вечером лежа на спине по схеме 39. Один виброфон устанавливают на промежность, другой — в нижней части живота, на надлобковую область. Время воздействия — 15 минут. Дополнительно ежедневно один раз на ночь проводится воздействие на область Е4 в течение 5 минут. Курс лечения — 2 недели. При необходимости через 1-2 недели его можно повторить. В период ремиссии в течение года выполнить 2-3 профилактических курса витафонотерапии на пояснично-крестцовый отдел позвоночника по схеме 5, с. 78.

Схема 39

Применение «Витафона» при лечении цистита

День		Промежность, мочевой пузырь		Область Е4	
		Режим	Время, мин	Режим	Время, мин
1	Утро	1	15	—	—
	Вечер	1	15	1	5
2	Утро	2	15	—	—
	Вечер	2	15	2	5
3	Утро	2	15	—	—
	Вечер	2	15	2	5
4	Утро	2	15	—	—
	Вечер	3	15	2	5
5	Утро	4	15	—	—
	Вечер	4	15	2	5
6-13	Утро	2	15	—	—
	Вечер	2	15	2	5
14	Утро	1	15	—	—
	Вечер	1	15	1	5

БОЛЕЗНИ ПОЧЕК

✉ *Здравствуйте!*

Может ли помочь «Витафон» моему младшему брату? Ему 41 год. Не работает одна почка, а вторая не полностью выполняет свою функцию, так что ему приходится приезжать в больницу за 300 км два раза в неделю, чтобы очистить кровь. Посоветовали есть лимон с сахаром. Пока начал лечение с этого. Ответьте, пожалуйста.

В инструкции написано о лечении 27 болезней, а в рекламе говорится о 30. Что нового вы узнали о лечении «Витафоном»?

Простите. С добрыми пожеланиями в вашей работе.

*С. Т. В.,
Волгоград*

Пиелонефрит — это инфекционно-воспалительное заболевание лоханки и паренхимы почки. Реже это односторонний процесс, чаще — двусторонний.

Инфекция проникает в почки в основном тремя путями: восходящим из нижележащих мочеполовых органов; с током крови из любых очагов инфекции в организме; по лимфатическим путям.

Пиелонефрит почти всегда присутствует при мочекаменной болезни, гидронефрозе, хроническом цистите, доброкачественной гиперплазии (аденоме) предстательной железы, опущении почек и пр.

Острая форма пиелонефрита проявляется бурно: повышением температуры до 38-40°, сильным ознобом, болями в поясничной области. Поэтому заболевание быстро диагностируется, и вовремя начатое правильное лечение приводит к выздоровлению.

Хроническая форма пиелонефрита имеет не очень выраженные клинические проявления. Иногда заподозрить это заболевание помогает случайно проведенный анализ мочи.

При детальном обследовании диагностируется хронический пиелонефрит, дающий очень серьезные осложнения: вторичное сморщивание почек, гипертонию почечного происхождения, хроническую почечную недостаточность, мочекаменную болезнь и др.

Лечение этих заболеваний очень сложно, требует применения дорогостоящих препаратов в течение многих лет или даже всей жизни. Иногда приходится прибегать к сложным операциям, вплоть до пересадки почки.

Мы говорим об этих осложнениях не для того, чтобы испугать больного человека, а для того, чтобы обратить его внимание на серьезность проблемы. Ведь при слабо выраженных симптомах не каждый сразу пойдет к врачу. Работа, семья, дети, огород, отсутствие времени и денег отодвигают проблему здоровья на второй план, и приходится удивляться, как человек, даже проживающий в крупном городе, где есть квалифицированные врачи и условия для лечения, довел себя до состояния, когда ему уже мало чем можно помочь.

На фоне длительно протекающего хронического пиелонефрита возникает **вторичное сморщивание почки**. Происходит гибель функционирующих элементов паренхимы с образованием рубцовых тканей и нарушением кровообращения органа и лимфооттока. Постепенно почка уменьшается в размерах, иногда в 2-5 раз по сравнению со здоровой. Функция такой сморщенной почки резко нарушена. Это иногда является причиной **нефрогенной гипертонии**, которая плохо поддается лечению препаратами, снижающими кровяное давление. Артериальное давление достигает очень высоких цифр, создавая угрозу гипертонического криза, кровоизлияния, паралича, смерти.

При безуспешности медикаментозного лечения прибегают к операции: вторично сморщенную почку удаляют. После операции результат лечения может быть двояким. Иногда артериальное давление нормализуется на следующий день после операции и в дальнейшем остается практически нормальным. Это происходит в тех случаях, когда прошло относительно мало времени с начала сморщивания почки. Если же прошли годы и нефрогенная гипертония превратилась в гипертоническую болезнь, артериальное давление после операции может остаться по-прежнему высоким. Но даже в таких случаях оно начинает лучше корректироваться лекарствами.

Механизм повышения артериального давления вследствие заболевания почек очень сложен и неоднозначно трактуется различными врачами и медицинскими школами. Не останавливаясь подробно на этой проблеме, хочется отметить, что врачам-терапевтам не всегда удается подобрать эффективное лечение гипертонической болезни. Но стоит только выявить отклонения от нормы в анализе мочи пациента, обнаружить у него мелкий камень в почке, расширение лоханки или какие-либо другие минимальные изменения, сразу же уверенно ставится диагноз «нефрогенная гипертензия» и больной отсылается к урологу. Это не всегда оправдано и к тому же ставит пациента между двумя специалистами, ни один из которых не признает его «своим». Такому больному необходимы тщательное обследование, установка правильного диагноза и грамотное лечение.

Если нарушение функции почек, вызванное воспалением и дегенеративными изменениями в паренхиме, прогрессирует, возникает **хроническая почечная недостаточность**. Почки перестают выполнять свои функции: в крови возрастают азотистые шлаки (мочевина, креатинин), меняется электролитный состав крови, происходят необратимые изменения в других жизненно важных органах — печени, сердце, селезенке, головном мозге, желудке, кишечнике и др. Почки теряют способность концентрировать мочу и выводят из организма большое количество жидкости (2,5-4 литра мочи в сутки). Затем прекращают функционировать, не выделяя мочу совсем (анурия). На этом этапе человек обычно погибает.

На ранних этапах хронической почечной недостаточности следует уделять большое внимание диете, противовоспалительному, антибактериальному, медикаментозному лечению, борьбе с нарушениями, вызванными недостаточной работой почек.

Хочется обратить внимание на то, что при всех заболеваниях — пиелонефрите, вторично сморщенной почке, нефрогенной гипертензии, хронической почечной недостаточности — прослеживается выраженное нарушение кровообращения почки и лимфооттока. Это обстоятельство имеет большое значение. В орган, который недостаточно снабжается кровью, плохо доставляются лекарственные препараты. Не останавливаясь подробно на очень разнообразном и сложном лечении всех этих заболеваний, нужно сказать, что решающее значение имеет улучшение кровоснабжения и лим-

фооттока почки. Наилучшим образом выполнить эту задачу, не нанеся вреда больному, позволяет виброакустический аппарат «Витафон».

Начинать лечение можно только после детального обследования и установки правильного диагноза. При отрицательном отношении врача к применению «Витафона» или каких-то сомнениях целесообразно проконсультироваться у специалиста, имеющего опыт использования этого вида лечения.

При *пиелонефрите и вторичном сморщивании почки* аппарат «Витафон» применяется в сочетании с медикаментозной терапией, назначенной врачом. Положение больного — лежа на спине. Виброфоны устанавливают на область К и область живота в проекции К. При опущении почек виброфоны следует устанавливать на 3-5 см ниже.

При острой форме заболевания процедуры проводят по схеме 40 один раз в сутки, постепенно увеличивая время воздействия. С 1-го по 5-й день виброфоны устанавливают на точку К, на обе почки в режиме 1, увеличивая время воздействия с 2 до 6 минут. С 6-го по 10-й день виброфоны устанавливают на живот в проекции области К, увеличивая время воздействия с 6 до 10 минут. После сеанса фонирования больной должен не менее 30 минут находиться в тепле. Общий курс лечения — 10 дней.

При хронической форме заболевания и для предупреждения осложнений рекомендуется провести 2-3 курса лечения по схеме 41. После второго курса желательно выполнить профилактическое воздействие на поясничный отдел позвоночника (схема 4, с. 77) и затем снова вернуться к методике лечения пиелонефрита. Перерыв между курсами — 7 дней.

При повторных курсах лечения заболевания в стадии ремиссии аппарат может применяться без медикаментозной терапии по следующей схеме:

- 1-й день — область К, режим 1, 5 минут;
- 2-й день — область К, режим 2, 5 минут;
- 3-5-й дни — область К, режим 2, 10 минут;
- 6-10-й дни — область К, режим 2, 10 минут.

Курс лечения «Витафоном» *нефрогенной гипертонии* составляет 14 дней. Лечение проводят по схеме 42 в сочетании с медикаментозной терапией, постепенно снижая дозы лекарственных препаратов. Виброфоны устанавливают на об-

ласть К, процедуры проводят 1-2 раза в сутки, по 10-20 минут. Пациент при этом должен лежать на спине на мягкой подстилке. После процедуры не менее часа надо находиться в тепле. Минимальный перерыв между курсами — 5 дней.

Не рекомендуется намного снижать артериальное давление. Проконсультируйтесь у врача, какое давление для вас оптимально. Нужно учесть, что на фоне применения «Витафона» доза препарата, снижающего давление, может быть меньше, чем вы обычно принимаете.

Если в процессе лечения артериальное давление увеличивается, необходимо прекратить процедуры, уточнить диагноз заболевания, проверить, правильно ли устанавливались виброфоны и не идет ли острый воспалительный процесс в организме, и прежде всего в почках.

При хронической почечной недостаточности витафонотерапия используется как дополнение к медикаментозному лечению. Схема лечения такая же, как и при нефрогенной гипертонии (схема 42).

При недостаточном эффекте на 5-й день нужно в 1,5 раза увеличить время воздействия на область К либо проводить процедуру 3 раза в день. На втором курсе лечения можно на 3-4 минуты включить режим 4 (остальное время проводить процедуры в режиме 2). При этом в течение 1-2 часов могут наблюдаться слабые болевые ощущения. Если в процессе лечения повышается артериальное давление, то необходимо прекратить процедуры и проверить, не идет ли в мочеполовой системе острый воспалительный процесс. При наличии камней режим 4 применять нельзя, а лечение следует проводить под наблюдением врача.

Минимальный перерыв между курсами — 2-3 дня. После первого курса рекомендуется выполнить курс профилактического воздействия на поясничный отдел позвоночника (схема 4, с. 77) и затем снова вернуться к схеме лечения почечной недостаточности.

Схема 40

Применение «Витафона» при остром пиелонефрите

День	Область К		Область К в проекции на животе	
	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин
1	1	2	—	—
2	1	3	—	—
3	1	4	—	—
4	1	5	—	—
5	1	6	—	—
6	—	—	1	6
7	—	—	2	7
8	—	—	2	8
9	—	—	2	9
10	—	—	2	10

Схема 41

**Применение «Витафона» при хроническом пиелонефрите
в стадии ремиссии**

День	Область К		Область К в проекции на животе	
	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин
1	1	5	—	—
2	2	5	—	—
3	2	10	—	—
4	2	10	—	—
5	2	10	—	—
6	—	—	2	10
7	—	—	2	10
8	—	—	2	10
9	—	—	2	10
10	—	—	2	10

**Применение «Витафона» при нефрогенной гипертонии,
хронической почечной недостаточности**

День		Область К		Область E21	
		Режим	Время, мин	Режим	Время, мин
1	Утро	1	10	—	—
	Вечер	1	10	1	2
2	Утро	1	10	—	—
	Вечер	2	10	1	3
3	Утро	2	12	—	—
	Вечер	2	12	1	4
4	Утро	2	14	—	—
	Вечер	2	14	1	5
5	Утро	2	16	—	—
	Вечер	2	18	1	5
6–12	Утро	2	20	—	—
	Вечер	2	20	1	5
13	Утро	2	15	—	—
	Вечер	2	15	1	4
14	Утро	2	10	—	—
	Вечер	2	10	1	3

ВОСПАЛЕНИЕ ПРИДАТКА ЯИЧКА (эпидидимит). БЕСПЛОДИЕ, ОБУСЛОВЛЕННОЕ НЕПРОХОДИМОСТЬЮ СЕМЯВЫНОСЯЩИХ ПУТЕЙ

✉ *Уважаемый В. А. Федоров и Ваши сотрудники!*

Более полугодом я и моя семья пользуемся аппаратом «Витафон». Мы благодарны Вам за создание такого «доктора». Очень со многими заболеваниями мы справились, не посещая больницы, тем самым своевременно предупреждая и вылечивая болезни. А самое главное — не высиживая очереди в кабинеты.

Огромное Вам спасибо. Желаем дальнейших успехов, здоровья и всего Вам доброго.

Просьба к Вам: сообщите, нет ли у Вас новых методов лечения?

Т. В. И.

Эпидидимит — воспаление придатка яичка — наиболее распространенное заболевание органов мошонки. Оно чаще всего вызывается инфекцией, восходящей по семявыносящим путям из мочеиспускательного канала при уретритах или проникающей в придаток с током крови при гриппе, воспалении легких, других инфекционных заболеваниях, а также травме. Самой частой причиной эпидидимита являются уретриты неспецифического и гонорейного характера.

В остром периоде воспаление сопровождается отеком тканей, нарушением кровообращения и лимфооттока в этой области. В мошонке появляется резкая боль, усиливающаяся при ходьбе, касании к одежде. С пораженной стороны мошонка краснеет и увеличивается в объеме. Человек теряет трудоспособность.

Существует целый ряд приемов, направленных на восстановление нормального кровотока и лимфооттока в вос-

паленных тканях (постельный режим, приподнятое положение мошонки, холод и т. п.). С помощью «Витафона» мы имеем возможность местно улучшить кровообращение, повысить эффективность антибактериального лечения, избежать таких грозных осложнений, как нагноение, непроходимость семявыносящих путей, мужское бесплодие. Последнее осложнение относится к самым тяжелым. Можно только представить себе, на какие сложные операции решаются люди, сколько средств уходит на лечение, сколько разрушается семей, ломается человеческих судеб из-за того, что семья остается бездетной.

Витафонотерапия в комплексе с другими методами способствует прерыванию воспалительного процесса в придатке яичка, делает лечение более быстрым и эффективным. При этом никаким вредным воздействием на половые органы она не обладает.

При вялом течении эпидидимита, скудных проявлениях болезни, а также неполноценном или неправильном лечении процесс переходит в хронический. Если принять во внимание, что придаток яичка анатомически представляет собой один проток длиной до 7 метров, как бы скрученный в клубок, то трудно представить, чтобы на таком протяжении при микроскопическом просвете канальца не наступила облитерация. Почти всякий длительно протекающий эпидидимит вызывает потерю способности к оплодотворению на стороне поражения, а при двустороннем процессе — бесплодие. Применение «Витафона» способствует уменьшению такого рода осложнений. Однако только витафонотерапия или самолечение наверняка не принесут быстрого выздоровления. Необходимо детально обследоваться у врача-специалиста, правильно установить диагноз, выбрать оптимальную тактику лечения. Все это будет залогом успешного выздоровления, избавит человека от осложнений и ненужных страданий.

У больного с эпидидимитом виброфоны устанавливаются прямо на больной участок (мошонку) спереди и сбоку под углом 90° в направлении яичка и его придатка. При остром процессе все лечение проводится в сочетании с антибиотиками широкого спектра действия, желательна в стационарных условиях и с соблюдением постельного режима. При появлении признаков нагноения необходимо прибегнуть

к операции — вскрытию гнойника или удалению распадающегося яичка и придатка.

Лечение проводят по схеме 43. При остром эпидидимите курс лечения составляет 15 дней, при хроническом — 21 день.

Фонирование проводится в сочетании с приемом антибактериальных препаратов по назначению врача. Спустя 7-

Схема 43

Применение «Витафона» при воспалении придатка яичка

Острая форма

День		Область придатка яичка	
		Режим	Время, мин
1	Утро	3	15–20
	Вечер	3	15–20
2	Утро	3	15–20
	Вечер	3	15–20
3–5	Утро	3	15–20
	Вечер	3	15–20
6–10	Утро	4	15–20
	Вечер	4	15–20
11	Утро	3	15–20
	Вечер	3	15–20
12–15	Утро	3	15–20
	Вечер	3	15–20
16–19	Утро	—	—
	Вечер	—	—
20–21	Утро	—	—
	Вечер	—	—

Хроническая форма

День		Область придатка яичка	
		Режим	Время, мин
1	Утро	1	15–20
	Вечер	1	15–20
2	Утро	1	15–20
	Вечер	2	15–20
3–5	Утро	2	15–20
	Вечер	2	15–20
6–10	Утро	2	15–20
	Вечер	2	15–20
11	Утро	2	15–20
	Вечер	2	15–20
12–15	Утро	2	15–20
	Вечер	2	15–20
16–19	Утро	3	15–20
	Вечер	3	15–20
20–21	Утро	1	15–20
	Вечер	1	15–20

10 дней после окончания лечения целесообразно повторить курс виброакустической терапии без применения медикаментов. После этого рекомендуется провести курс профилактического воздействия на поясничный отдел позвоночника по схеме 4, с. 77.

Лечение мужского бесплодия, вызванного непроходимостью семявыносящих путей после перенесенного эпидидимита, требует проведения 3-6 курсов по типу лечения хронического эпидидимита. Перерывы между курсами — 7 дней, первый, третий и шестой курсы лечения проводят в сочетании с приемом антибактериальных препаратов, лидазы, экстракта алоэ по назначению врача.

ЭНУРЕЗ. ЭНКОПРЕЗ

☒ *Уважаемые создатели аппарата «Витафон»!*

Я благодарна вам за такой прибор. Аппарат применяю для лечения остеохондроза, ушибов, зубной боли. В газете я прочла о его использовании для лечения новых недугов, которые не указаны в паспорте к моему прибору.

У меня к вам огромная просьба — пришлите инструкцию со сведениями о лечении всех возможных болезней, особенно меня интересует энурез.

Заранее вам очень благодарна.

Г. Н. И.,

Московская обл.

☒ *Уважаемые господа!*

Мне нужна консультация. Мой внук (ему шесть лет) мочится ночью. Можно ли «Витафоном» вылечить этот недуг?

С уважением, Владимир Васильевич Н.,

Кемеровская обл.

Ночное недержание мочи (энурез) — это непроизвольное мочеиспускание во сне в ночное или дневное время суток. Энурез, не являясь жизненно опасным, встречается часто (от 1 до 2% в различных возрастных группах у детей и молодых людей), затрудняет пребывание детей в различных учреждениях в период летнего отдыха, препятствует службе в армии, обучению в военно-учебных заведениях. Энурез у детей в возрасте до 3 лет считается физиологическим явлением, у детей старшего возраста — заболеванием. У мальчиков энурез встречается в 2-3 раза чаще, чем у девочек. С возрастом проявления энуреза уменьшаются, и после 18 лет это заболевание составляет 0,3%.

Во второй половине первого года жизни возникают и к трем годам образуются стойкие связи между рецепторами

мочевого пузыря, спинальными центрами, подкорковыми образованиями и корой головного мозга, в результате чего акт мочеиспускания становится управляемым, произвольным и носит условнорефлекторный характер.

Если из-за каких-либо причин у детей способность к пробуждению для мочеиспускания не вырабатывается или утрачивается, тогда у них с различной частотой наблюдается непроизвольное мочеиспускание во сне.

Причин для возникновения энуреза у ребенка много.

Основными факторами, способствующими проявлению заболевания являются: физическое переутомление, несоблюдение режима дня, нервное перенапряжение, избыточный прием жидкости перед сном, отход ко сну с полным мочевым пузырем, ряд аномалий развития и заболевания мочеполовых органов (фимез, гипоспадия, воспалительные явления в половых органах). Следует учитывать трудные условия жизни в детстве и наследственный фактор.

Ночное недержание мочи является заболеванием, откладывающим глубокий отпечаток в душе ребенка и молодого человека. Этот недуг скрывается от соседей, друзей, знакомых. Больной, проживающий в деревне, маленьком поселке, боится обратиться к врачу, опасаясь огласки. Надеясь на возможность вылечиться, призывник скрывает свое заболевание на медицинской комиссии и попадает в солдатский коллектив. Нет необходимости останавливаться на тех жизненных трудностях, которые предстоит пережить солдату, больному энурезом, в воинском коллективе. Они не подлежат описанию. Более разумным будет совет проводить лечение ребенка до призыва в армию.

Прежде всего после обследования у врача и установления функциональной или психогенно обусловленной формы ночного недержания мочи необходимо обратить особое внимание на работу с ребенком со стороны родителей. В этом плане необходимо выполнять ряд советов:

- ◆ следить, чтобы ребенок физически не переутомлялся;
- ◆ строго соблюдать режим труда и отдыха ребенка, не позже определенного времени укладывать его спать;
- ◆ за 2 часа до сна прекратить прием жидкости;
- ◆ перед сном ребенок должен опорожнить мочевой пузырь;
- ◆ перед сном, уже в постели, необходимо дать съесть что-либо соленое (кусочек хлеба с солью);

◆ научить ребенка каждый день перед сном ставить себе психологическую задачу обязательно проснуться и помочиться, если такая нужда возникнет;

◆ ребенок сам должен вести дневник, где он отражает факты мочеиспускания во время сна в постель, и анализировать (искать) причину происшедшего;

◆ ребенок самостоятельно должен убирать за собой мокрую постель, стирать простыни, сушить их. Делается это не в наказание, а чтобы выработать заинтересованность в избавлении от заболевания;

◆ не наказывать ребенка, не ругать, тем более не бить, а терпеливо разъяснять происходящее, проявлять сочувствие, вместе искать выход из положения;

◆ не будить ребенка по ночам. Он ведь толком не может проснуться, не понимает, чего от него хотят, назавтра ничего не помнит. Такие побудки только истощают ослабленную нервную систему и не способствуют выработке рефлекса на мочеиспускание.

В комплексном лечении энуреза большое значение имеет укрепление нервной системы, устранение патологического стереотипа в мозге, улучшение кровоснабжения поясничного отдела спинного мозга и мочевого пузыря. Последнее может быть с успехом достигнуто с помощью «Витафона». Кроме этого, благодаря звуковому эффекту фонирующие позволяет фиксировать внимание ребенка на этом участке его организма и способствовать выработке рефлекса появления ощущения позыва на мочеиспускание вовремя, а не тогда, когда терпеть уже невозможно. Именно поэтому детям лучше проводить виброакустическую терапию часто, по несколько раз в день.

Процедуры проводят по схеме 44. Для получения выраженного эффекта необходимо пройти 2-3 курса лечения. Перерыв между курсами — 2 недели.

Энкопрез — недержание кала. Данное заболевание может быть связано со слабостью запирающих круговых мышц, формирующих заднепроходное отверстие, но чаще причина заключается также в нарушении выработки условного рефлекса. Как и в случае с энурезом, рефлекс поддается тренировке. «Витафон» при этом заболевании применяется по схеме 45.

Применение «Витафона» при лечении энуреза у детей

День	Дети до 5 лет						Дети от 5 до 10 лет						Дети старше 10 лет						
	Область ЕЗ			Область мочевого пузыря			Область ЕЗ			Область мочевого пузыря			Область ЕЗ			Область мочевого пузыря			
	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	
1-5	Утро	1	3	1	3	1	1	5	1	5	1	5	1	1	10	1	10	1	10
	Полдень	1	3	1	3	1	1	5	1	5	1	5	1	—	—	—	—	—	—
	Вечер	1	4	1	4	1	1	5	1	5	1	5	1	1	10	1	10	1	10
6-10	Утро	2	3	2	3	2	2	5	2	5	2	5	2	2	10	2	10	2	10
	Полдень	2	4	2	4	2	2	5	2	5	2	5	2	—	—	—	—	—	—
	Вечер	2	4	2	4	2	2	5	2	5	2	5	2	2	10	2	10	2	10
11-15	Утро	1	3	4	3	1	1	5	4	5	1	5	4	1	10	4	10	4	10
	Полдень	1	4	4	4	1	1	5	4	5	4	5	4	—	—	—	—	—	—
	Вечер	1	4	2	4	1	1	5	2	5	1	5	2	1	10	2	10	2	10

ГЕМОРРОЙ

✉ *Здравствуйте!*

Хочу поблагодарить Вас за удивительный аппарат «Витафон». Мне 30 лет. После родов получила такой недуг, как геморрой. Приступы были ужасными, не могла ни сидеть, ни лежать. В газете «Труд» прочитала статью о «Витафоне» и решила попробовать. Эффект был поразителен. Большое спасибо за удивительный аппарат. Ко мне сейчас приходят и друзья, и родные, я им, конечно же, даю пользоваться.

Б., г. Бугульма

Кровеносные сосуды, собирающие кровь из тканей прямой кишки, образуют сложную сеть, называемую геморроидальным сплетением. Сосуды прямой кишки часто ослабевают из-за длительного действия повышенного давления и местами расширяются. Это вызывает болевые ощущения, зуд. Расширенные вены начинают выпирать из стенок прямой кишки и повреждаться при дефекации, приводя к болезненным ощущениям и кровотечению. Причина расширения вен — расслабление мышц, регулирующих тонус геморроидальных сосудов. Происходит это из-за нарушения кровоснабжения в нижней части живота при хронических запорах, во время беременности, при наличии большого живота или вследствие преимущественно сидячего образа жизни. Ухудшение кровоснабжения может быть вызвано нарушениями в поясничном отделе позвоночника, от которого зависит и перистальтика кишечника, и регуляция тонуса сосудов в области малого таза.

Как правило, развитию геморроя предшествует хронический запор. Поэтому прежде всего надо нормализовать перистальтику кишечника и улучшить отток венозной крови из геморроидального сплетения. К лечению можно приступать только после установки диагноза врачом и при отсутствии острых осложнений, требующих госпитализации больного.

Результативность лечения будет зависеть от того, сохранилась клапанная система внутри вен или нет. Если клапаны обратного тока крови не повреждены, то от геморроя можно избавиться полностью. Если же они не функционируют, как при варикозном расширении вен, то потребуются периодическое поддерживающее лечение.

Для улучшения венозного оттока процедуры «Витафоном» проводят на нижнюю часть живота (область М1). Под ягодицы надо обязательно подложить небольшую подушку, чтобы область живота была выше области сердца. Одновременно начинают лечить пояснично-крестцовый отдел позвоночника — области Е3, Е31, Е4. Для предупреждения роста давления и улучшения качества крови необходимо выполнить процедуры на область К. Наиболее эффективны схемы лечения 46 и 47. Процедуры проводят в положении лежа на спине.

Весьма полезно обратить внимание на диету — она должна быть послабляющей. Количество растительной клетчатки в пище должно быть таким, чтобы стул был ежедневным.

Витафонотерапию можно проводить совместно с назначенным врачом лечением. Иногда после первых нескольких процедур кровотечение может усилиться, но вскоре прекращается. Первую неделю рекомендуется принимать комплексный витамин аскорутин. Продолжительность курса — 14 дней. Перерыв между курсами — 2-3 дня. При необходимости лечение можно повторять.

Если геморрою сопутствует хронический запор, то курсы лечения этих заболеваний необходимо чередовать.

Применение «Витафона» при лечении геморроя. Курс 1

День	Область М1		Область Е3		Область Е31		Область Е4		Область К	
	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин
1	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	2	2	2	3	2	—	2	3	2	10
2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	10
	2	3	2	3	2	3	2	3	2	10
3	2	4	2	3	2	3	2	3	2	10
	2	4	2	3	2	3	2	3	2	10
4	2	5	2	4	2	3	2	3	2	12
	2	5	2	4	2	3	2	3	2	12
5	2	6	2	5	2	3	2	3	2	14
	2	6	2	5	2	3	2	3	2	14
6	2	7	2	5	2	3	2	3	2	14
	2	7	2	5	2	3	2	3	2	14

7	Утро	2	8	2	5	2	2	3	2	3	2	2	3	2	14
	Вечер	2	8	2	5	2	2	3	2	3	2	2	3	2	14
8	Утро	2	9	2	5	2	2	3	2	3	2	2	3	2	14
	Вечер	2	9	2	5	2	2	3	2	3	2	2	3	2	14
9	Утро	2	8	2	5	2	2	3	2	3	2	2	3	2	14
	Вечер	2	8	2	5	2	2	3	2	3	2	2	3	2	14
10	Утро	2	7	2	5	2	2	3	2	3	2	2	3	2	14
	Вечер	2	7	2	5	2	2	3	2	3	2	2	3	2	14
11	Утро	2	6	2	5	2	2	3	2	3	2	2	3	2	14
	Вечер	2	6	2	5	2	2	3	2	3	2	2	3	2	14
12	Утро	2	5	2	5	2	2	3	2	3	2	2	3	2	14
	Вечер	2	5	2	5	2	2	3	2	3	2	2	3	2	14
13	Утро	2	4	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	10
	Вечер	2	4	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	10
14	Утро	2	3	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	Вечер	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	10

Применение «Витафона» при лечении геморроя. Курс 2

День	Область М1		Область Е3		Область ЕЗ1		Область D1		Область Е4		Область К	
	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин
1	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	2	2	1	3	2	3	1	3	2	3	2	10
2	2	2	—	—	2	3	1	3	2	3	2	10
	2	2	1	3	2	3	1	3	2	3	2	10
3	2	2	—	—	2	3	1	3	2	3	2	10
	2	3	1	3	2	3	1	3	2	3	2	10
4	2	3	—	—	2	4	1	3	2	3	2	12
	2	3	1	3	2	4	1	3	2	3	2	12
5	2	3	—	—	2	5	1	3	2	3	2	14
	2	3	1	3	2	5	1	3	2	3	2	14
6	2	3	—	—	2	5	1	3	2	3	2	14
	2	3	1	3	2	5	1	3	2	3	2	14

7	Утро	2	3	—	—	2	5	1	3	2	3	2	14
	Вечер	2	3	1	3	2	5	1	3	2	3	2	14
8	Утро	2	3	—	—	2	5	1	3	2	3	2	14
	Вечер	2	3	1	3	2	5	1	3	2	3	2	14
9	Утро	2	3	—	—	2	5	1	3	2	3	2	14
	Вечер	2	3	1	3	2	5	1	3	2	3	2	14
10	Утро	2	3	—	—	2	5	1	3	2	3	2	14
	Вечер	2	3	1	3	2	5	1	3	2	3	2	14
11	Утро	2	3	—	—	2	5	1	3	2	3	2	14
	Вечер	2	3	1	3	2	5	1	3	2	3	2	14
12	Утро	2	3	—	—	2	5	1	3	2	3	2	14
	Вечер	2	3	1	3	2	5	1	3	2	3	2	14
13	Утро	2	2	—	—	2	3	1	3	2	3	2	10
	Вечер	2	2	1	3	2	3	1	3	2	3	2	10
14	Утро	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	Вечер	2	2	1	3	2	3	1	3	2	3	2	10

ЗАПОР

✉ *Уважаемые работники фирмы ТОО «Микроэлм», создатели «Витафона»!*

Пишет вам инвалид Отечественной войны II группы 1922 года рождения. Вот уже три месяца, как я пользуюсь аппаратом «Витафон». Успешно лечу свои болячки: запоры, геморрой, простатит. Внутренние кровотечения геморроя прекратились, запоры прошли.

Я, как председатель религиозного и культурного общества, всем знакомым настойчиво рекомендую приобрести ваш чудо-аппарат. Тем более, что во всех газетах его рекомендуют. И по моему совету уже многие приобрели аппарат и очень довольны.

*С. А. С.,
Новороссийск*

Нормальным считается стул 1-2 раза в день. Регулярную задержку стула более чем на 2 дня уже относят к запору. Запор — отнюдь не безобидное заболевание. У больного снижается жизненный тонус, появляется подавленное настроение, увеличивается склонность к острым респираторным вирусным инфекциям. Причины запора разнообразны, в том числе это может быть и опухолевое заболевание. Поэтому диагноз должен поставить врач. «Витафон» применяется в тех случаях, когда запор вызван пониженной перистальтикой кишечника — это наиболее частая причина заболевания.

При запоре виброфоны устанавливают на области М1, М2 и М3 для улучшения кровоснабжения всех отделов толстого и тонкого кишечника, на области позвоночника Е21, Е3, Е31, Е4 — для усиления кровоснабжения нервных волокон, ответственных за двигательную активность кишечника, и на область К — для улучшения качества крови.

Если запор случился впервые, после нарушения привычного питания или нервного стресса, то достаточно выпол-

нить первые 3-4 процедуры по схеме 48, чтобы избежать осложнений. Если запор продолжается более четырех дней, то целесообразно предварительно сделать клизму, чтобы не травмировать кишечник, и продолжить витафонотерапию по той же схеме.

На третий день лечения можно постепенно снижать дозы слабительных препаратов (если они принимаются).

Очень важно добиться ежедневного стула. Каловые массы, длительное время путешествуя по кишечнику, уплотняются и твердеют, увеличивая болезненность дефекации и вероятность повреждения сосудов. Возрастает риск проникновения инфекции и развития воспалительного процесса — колита.

При хроническом запоре желательно провести 3 курса лечения полностью, даже если сама проблема исчезнет раньше. Продолжительность курса — 14 дней, перерывы между курсами 2-3 дня.

В развитии запора немаловажную роль может играть нервный стресс, который, как уже отмечалось выше, повышает порог чувствительности нервной системы к сигналам, идущим от рецепторов. В результате мозг «не замечает», что каловые массы приближаются к прямому отделу толстого кишечника. Поэтому, если в течение дня не было стула, перед сном необходимо посетить туалет даже при отсутствии позыва. Следует уделить этому процессу 3-5 минут, сильно не усердствуя в достижении результата. Эта лечебно-психологическая процедура направлена на восстановление ежедневного нормального стула.

Применение «Витафона» при лечении запора

День	Область М1 Режим 1		Область М2 Режим 1		Область М3 Режим 1		Область Е21 Режим 1		Область Е3 Режим 1		Область Е31 Режим 2		Область Е4 Режим 2		Область К Режим 2	
	Время, мин	Время, мин	Время, мин	Время, мин	Время, мин	Время, мин	Время, мин	Время, мин	Время, мин	Время, мин	Время, мин	Время, мин	Время, мин	Время, мин	Время, мин	Время, мин
1	Утро	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	Вечер	2	2	—	3	—	3	—	3	—	—	—	3	—	—	10
2	Утро	2	2	3	—	—	—	—	3	—	3	3	—	3	—	10
	Вечер	2	2	—	3	—	3	—	3	—	3	3	—	3	—	10
3	Утро	2	2	3	—	—	—	—	3	—	3	3	—	3	—	10
	Вечер	3	3	—	3	—	3	—	3	—	3	3	—	3	—	10
4	Утро	3	3	3	—	—	—	—	4	—	3	3	—	3	—	12
	Вечер	3	3	—	3	—	3	—	4	—	3	3	—	3	—	12
5	Утро	3	3	3	—	—	—	—	5	—	3	3	—	3	—	14
	Вечер	3	3	—	3	—	3	—	5	—	3	3	—	3	—	14
6	Утро	3	3	3	—	—	—	—	5	—	3	3	—	3	—	14
	Вечер	3	3	—	3	—	3	—	5	—	3	3	—	3	—	14

7	Утро	3	3	3	3	—	5	3	3	14
	Вечер	3	3	—	3	3	5	3	3	14
8	Утро	3	3	3	—	—	5	3	3	14
	Вечер	3	3	—	3	3	5	3	3	14
9	Утро	3	3	3	—	—	5	3	3	14
	Вечер	3	3	—	3	3	5	3	3	14
10	Утро	3	3	3	—	—	5	3	3	14
	Вечер	3	3	—	3	3	5	3	3	14
11	Утро	3	3	3	—	—	5	3	3	14
	Вечер	3	3	—	3	3	5	3	3	14
12	Утро	3	3	3	—	—	5	3	3	14
	Вечер	3	3	—	3	3	5	3	3	14
13	Утро	2	2	3	—	—	3	3	3	10
	Вечер	2	2	—	3	3	3	3	3	10
14	Утро	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	Вечер	2	2	—	3	3	3	3	3	10

ХОЛЕЦИСТИТ

✉ *Здравствуйте, уважаемые товарищи!*

В первых строчках хочу от всей души поблагодарить создателей «Витафона». Этот замечательный аппарат — просто чудо! Пользуемся уже 8 месяцев всей семьей, очень довольны и благодарны вам.

Мне этот аппарат помогает, и успешно, в лечении остеохондроза, пиелонефрита, суставов. Мое «любимое» растяжение связок голеностопа прошло всего за 10 дней вместо обычных трех недель. Дочке «Витафон» помогает справиться с ангинами, трахеитом, насморком, воспалением уха, мужу — с радикулитом.

Этот прибор давно себя оправдал, хотя 400 рублей для нас все-таки немалые деньги, зато сколько сэкономили на лекарствах.

Дай вам Бог здоровья и счастья, дорогие изобретатели и производители «Витафона». Пусть в вашем добром и нужном деле вам сопутствует успех! Новых вам достижений в следующем тысячелетии!

К большому сожалению, мы живем в маленьком поселке, и здесь нет возможности узнать о новых показаниях к применению («Витафон» нам прислали по почте). Меня интересует, нельзя ли лечить такие заболевания, как панкреатит, холецистит и колит, а также аднексит.

Пишу с надеждой на ответ, ведь мне негде узнать новое о приборе, а я думаю, вы на месте не стоите.

Еще раз поздравляю вас с наступающим Новым годом и новым тысячелетием! Большого вам счастья!

*С уважением, Татьяна Валерьяновна К.,
Владимирская обл.*

Холецистит — воспаление желчного пузыря — может проявляться в двух формах: каменной (желчнокаменная болезнь) и бескаменной (некалькулезный холецистит).

Желчнокаменная болезнь — заболевание, как правило, наследственное. Оно протекает в виде приступов желчной колики. Лечение этой болезни преимущественно хирургическое.

Некалькулезный холецистит имеет две клинические формы: с гипомоторной и гипертонической дискинезией желчевыводящих путей. Первая проявляется ноющими умеренными болями в правом подреберье, чувством горечи во рту. Для второй формы характерны острые, непродолжительные, схваткообразные боли в правом подреберье, часто иррадирующие (отдающие) в спину и правую руку. Обострения заболевания связаны, как правило, с несоблюдением диеты и физическими нагрузками. Болеют чаще женщины с избыточным весом.

Перед началом лечения холецистита и в процессе него больным необходимо пройти ультразвуковое обследование органов брюшной полости для исключения желчнокаменной болезни. При лечении гипомоторной формы некалькулезного холецистита используются желчегонные средства, беззондовые тюбажи, при гипертонической — спазмолитики, тепловые процедуры.

В Военно-медицинской академии им. Кирова проведено научное исследование применения «Витафона» в комплексной терапии бескаменных холециститов, которое показало его эффективность. Учитывая сложность точной диагностики гипомоторной и гипертонической форм холецистита, оптимальной следует принять схему витафонотерапии 49. Лечение включает в себя традиционное воздействие на область К, на область желчного пузыря (область М) и на зону иннервации области Е11 и Е2. В период обострений «Витафон» необходимо применять в сочетании с противовоспалительной антибактериальной терапией. В стадии ремиссии витафонотерапия проводится без медикаментозного лечения.

**Применение «Витафона»
при бескаменном холецистите**

День		Область К Режим 2	Область М Режим 1	Область Е11 Режим 1	Область Е2 Режим 1
		Время, мин	Время, мин	Время, мин	Время, мин
1	Утро	—	—	—	—
	Вечер	5	3	3	3
2	Утро	—	5	3	3
	Вечер	10	3	3	3
3	Утро	10	7	4	4
	Вечер	15	4	4	4
4-6	Утро	10	10	5	5
	Вечер	15	5	5	5
7-10	Утро	10	10	5	5
	Вечер	10	10	5	5
11-25	Утро	10	10	5	5
	Вечер	15	5	5	5
26	Утро	10	5	5	5
	Вечер	15	5	5	5
27	Утро	10	4	4	3
	Вечер	10	4	4	3
28	Утро	5	3	3	3
	Вечер	10	3	3	3

ГЕПАТИТ

✉ *Здравствуйте, уважаемые!*

Я инвалид Отечественной войны, в феврале 1999 г., если доживу, будет 80 лет. Приобрел ваш аппарат «Витафон» и пользуюсь им второй год. Он мне очень помогает при лечении хронического остеохондроза (радикулита), болезней суставов, артрита и других моих болячек.

В нашей областной газете «Звезда» от 13.11.1998 напечатана статья «Заменитель таблеток» — о том, что в Санкт-Петербурге, в ВМА, разработана новая методика лечения гепатита с применением «Витафона». Гепатит у меня обнаружили в госпитале в этом году.

Убедительно прошу выслать описание, как правильно лечить гепатит «Витафоном», или новый паспорт и инструкцию по применению «Витафона» при лечении гепатита.

Заранее благодарю за Ваше внимание и разработку замечательного аппарата, лечащего без таблеток и продолжающего жизнь многим тысячам россиян. А разработчиков этого аппарата — на Российскую премию, если таковые сейчас имеются.

*Игнатий Георгиевич Р.,
г. Пермь*

Термин «гепатит» обобщает воспалительные заболевания печени различной этиологии: вирусной, токсической, аутоиммунной и др. Общим для этих состояний является

поражение печеночной ткани с нарушением функции органа. Печень играет важнейшую роль биологического фильтра, посредством которого обезвреживаются и выводятся из организма различные токсические вещества. Нарушение этой функции приводит к интоксикации организма, проявляющейся общей слабостью, потерей аппетита, тошнотой, рвотой, отвращением к курению и табачному дыму, чувством тяжести в правом подреберье. При вирусных гепатитах возможна лихорадка.

Печень увеличивается, белки глаз и кожа становятся желтоватого цвета (впрочем, последнее не обязательно, гепатит может протекать и без традиционного пожелтения).

Диагноз «гепатит» может поставить только врач. Его симптомы — тошнота, рвота, отсутствие аппетита, желтуха и другие — могут быть вызваны самыми различными заболеваниями иного рода, и, начав самолечение, вы только ухудшите тем самым свое и без того тяжелое состояние.

Производители вакцин против гепатита очень любят приводить статистику, согласно которой от вирусных гепатитов ежегодно умирает на порядок больше людей, чем от СПИДа, которого все боятся. К сожалению, они правы. Опасность заболевания повышается из-за разнообразия типов вирусов, вызывающих гепатит.

Вирусные гепатиты А и Е передаются через пищу и воду, В, С и D — через кровь, слюну, половым путем. В последние годы выделены и описаны еще два новых вируса гепатита — F и G.

Гепатиты А и Е протекают преимущественно остро. Гепатиты В и, особенно, С часто переходят в хронические формы, которые через несколько лет могут приводить к циррозу печени. В период острого течения болезни температура может быть высокой. Встречаются случаи гепатита и вовсе без повышения температуры. Больных часто беспокоят боли в суставах, головокружение, кожный зуд, боли в области печени. Заболевание в острой стадии длится 20-40 суток. Острые вирусные гепатиты в большинстве случаев протекают доброкачественно. Их лечение заключается в неспецифической дезинтоксикации (обильное питье, инфузии различных растворов). Противовирусные препараты, как правило, не назначаются. Нет и необходимости улучшать кровоснабжение печени. Организм справляется сам.

Диагноз хронического гепатита ставится при длительности заболевания более 6 месяцев. Переход гепатита в хроническую форму означает, что организм сам справиться не может. Лечение хронических вирусных гепатитов осуществляется с применением препаратов интерферона и продолжается до года. Лекарства очень дорогие, и далеко не каждый может их приобрести на полный курс лечения. Без их применения ремиссия не наступает, и со временем больному грозит цирроз печени. В Военно-медицинской академии им. Кирова проведена научная работа по определению эффективности лечения гепатита с применением «Витафона».

Аппарат применялся для лечения хронического гепатита на фоне противовирусной терапии в течение 6 месяцев. В среднем ремиссия наступала значительно раньше, чем при обычной методике. Есть оправданные надежды сократить лечение с 12 месяцев до 6 и менее. Более того, пусть в очень небольшом проценте случаев, но ремиссия наступала и у тех больных, которые не применяли лекарства из-за отсутствия финансовых возможностей. Процедуры «Витафоном» проводились ежедневно в течение 6 месяцев на область М в режиме 1. Исследования планируется продолжить с вовлечением дополнительной области К, области иннервации печени и области печеночной вены. Пока исследования не завершены, нельзя рекомендовать применять «Витафон» при гепатите.

ГИНЕКОЛОГИЧЕСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ

✉ *Уважаемый изготовитель!*

Очень прошу Вас выслать мне «Витафон». Недавно моя знакомая приобрела Ваш аппарат, показала мне. Он у нее три месяца. Она вылечила геморрой, воспаление придатков, шейный остеохондроз.

В Ваш адрес самые добрые пожелания.

Очень надеюсь на то, что я приобрету Ваш аппарат. Заранее Вам благодарна.

*Наталья Николаевна С.,
Ивановская обл.*

В инструкции к аппарату «Витафон» **беременность** записана в перечне противопоказаний. Некоторых пользователей это наводит на мысль, что с помощью «Витафона» можно избавиться от беременности. Но это неверно. Виброакустическое воздействие никак не может прервать беременность. Микровибрация улучшит кровоснабжение плода и плаценты, но как это отразится на будущем ребенке, неизвестно, и вряд ли нужно здесь экспериментировать. Именно поэтому применять «Витафон» беременным не рекомендуется. А вот за 2-3 месяца до наступления планируемой беременности целесообразно пройти курс витафонотерапии на пояснично-крестцовый отдел позвоночника по схеме 5 (см. с. 78), так как в будущем плод увеличит нагрузку на позвоночник.

После родов в случае образования разрывов «Витафон» ускорит заживление ран, позволит избежать осложнений у матери. В этом случае он применяется так же, как и при лечении послеоперационных швов. Спустя 2-3 недели после родов рекомендуется пройти 1-2 профилактических курса витафонотерапии пояснично-крестцового отдела позвоночника для нормализации менструального цикла и функций органов брюшной полости (схема 5, с. 78).

В период кормления грудью при застое в молочной железе молока практически у каждой третьей-четвертой кор-

мгновенно женщины наступает состояние, могущее перейти в **мастит** — воспаление железы. А чувство распирания, болей в груди, особенно на 3-й день кормления, когда наблюдается основной прилив, испытывает каждая. Инфекция же чаще всего попадает внутрь через поврежденный сосок, на котором нередко образуются микротрещины. Симптомами мастита являются прежде всего боль, распирание, железа становится горячей, может подняться температура. В начальной стадии заболевания — серозном мастите — можно даже кормить ребенка. Если же появились четко очерченные уплотнения, а молоко стало выходить с примесью гноя, ни о каком кормлении и речи быть не может. В этом случае приходится принимать антибиотики, а иногда и делать операцию. Мастит не проходит бесследно. В оперированной груди значительно чаще появляются в дальнейшем опухоли.

Как и с любым другим воспалительным процессом, с маститом легче справиться, восстановив нормальное кровообращение и ликвидировав отек молочной железы. Эти факторы будут способствовать хорошему оттоку молока, опорожнению груди и профилактике мастита. Виброфоны направляют на область заболевания рядом друг с другом. Рекомендуемая схема лечения 50 включает воздействие на ответственные отделы позвоночника и область почек. По этой же схеме «Витафон» может применяться для лечения **лактостаза** (нагрубания молочных желез).

Часто у кормящих матерей встречается недостаточность грудного молока. Строго говоря, нельзя назвать **недостаточность грудного молока** (гипогалактию) заболеванием. Это временное состояние, создающее, впрочем, массу проблем. Из-за того, что женщина не может накормить младенца, он чаще кричит, хуже спит и это не лучшим образом сказывается на его развитии. Собственно истинная неспособность кормить грудью встречается только у 1% женщин. Она связана с анатомическим недоразвитием молочных желез и некоторыми тяжелыми заболеваниями эндокринной системы. В остальных случаях расстройства носят функциональный характер. Молоко образуется в железе из крови, поэтому от кровоснабжения груди будет зависеть и количество вырабатываемого молока. При кормлении грудью женщина должна больше пить жидкости, держать груди в тепле и тщательно сцеживать остатки. Более полное опорожнение груди способствует усиле-

нию выработки молока (лактации). Если молока вырабатывается мало из-за плохого кровоснабжения груди, то пятиминутное применение «Витафона» в режиме 1 через 20-30 минут после каждого дневного кормления улучшает кровоснабжение груди и дает надежду усилить лактацию.

Виброфоны устанавливают через марлевую или бумажную салфетку по одному приблизительно в центре каждой груди. Кроме того, 1-3 раза в неделю будет полезно применение «Витафона» для улучшения сна:

область К — режим 2, 15 минут,

область D1 — режим 1, 5 минут,

область D2 — режим 1, 5 минут.

Плохой сон и нервные стрессы отрицательно сказываются на производительности молочных желез.

Одной из частых гинекологических патологий является **нарушение менструального цикла**, которое может быть вызвано разными причинами. Под этим собирательным названием скрывается сразу несколько различных по своей серьезности состояний, каждое из которых требует своего лечения. Поэтому обращение к гинекологу должно быть обязательным. Нарушения цикла, когда менструация либо является более продолжительной, чем нормальные 5-7 дней, либо после ее окончания продолжается «мазание», либо менструация приходит постоянно не по графику, связаны с эмоциональными переживаниями, временными гормональными сдвигами, усталостью организма и прочими функциональными причинами. В таких случаях и удастся добиться эффекта с помощью «Витафона». Замечено, что при лечении различных заболеваний, когда виброфоны накладываются на область живота и поясницы, продолжительность даже обычных менструаций сокращается на 1-2 дня. Связано это со стимулирующим влиянием виброакустического воздействия на половые железы, надпочечники и через них на тонус матки.

Особенно актуальным может стать применение «Витафона» в юном возрасте, когда только происходит становление менструального цикла.

Для нормализации менструального цикла лечение может проводиться по схеме 51, которая включает в себя воздействие не только на область яичников, но и на ответственные отделы позвоночника. Перед применением «Витафона» врач должен исключить наличие опухолей и серьезных гормональных нарушений. Во время менструации процедуры не проводят.

Применение «Витафона» при лечении серозного мастита и явлений лактостаза

День	Область К		Область D1		Область E1		Область заболевания	
	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин
1	—	—	—	—	—	—	—	—
	2	5	1	3	1	3	1	1
2	2	5	1	3	1	3	1	2
	2	5	1	3	1	3	1	3
3	2	5	1	3	1	3	1	5
	2	10	1	3	1	3	1	8
4-12	2	5	1	3	1	3	1	5
	2	15	1	3	1	3	1	10
13	2	5	1	3	1	3	1	5
	2	5	1	3	1	3	1	8
14	2	5	1	3	1	3	1	2
	2	5	1	3	1	3	1	3

Применение «Вигафона» при лечении нарушений менструального цикла

День	Область D1		Область E31		Область E4		Область M1		Область K	
	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин
1		—	—	—	—	—	—	—	—	—
	Утро	—	—	—	—	—	—	—	—	—
2		1	2	3	2	3	1	3	2	10
	Вечер	—	—	—	—	—	—	—	—	—
3		1	2	4	2	4	1	4	2	12
	Утро	—	—	—	—	—	—	—	—	—
4 – и до начала менструации		1	2	4	2	4	1	5	2	15
	Утро	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	Вечер	1	2	4	2	4	1	5	2	15

БЕССОННИЦА

✉ *Уважаемые товарищи! Изобретатели «Витафона», большое Вам спасибо за ваш аппарат. Он помогает очень и при гипертонии, и от бессонницы, и от головной боли при шейном остеохондрозе, а уж про поясничный радикулит и говорить нечего. Я не спала ночами, боли были адские, не помогли ни токи Бернара, ни массаж, а вот «Витафон» помог, поясница меньше болит и ноги стали лучше ходить.*

*Л. Л. И.,
Тульская обл.*

Плохой сон не только значительно снижает качество жизни, но способствует ускоренному старению. Для лечения этого заболевания существует множество лекарственных препаратов, но врачи всегда отдают предпочтение немедикаментозному лечению.

Выбор точек воздействия «Витафоном» при бессоннице зависит от ее причины и подбирается индивидуально. В общем случае способствует засыпанию фонирование области D1 или К. Воздействие на область D1 проводится в режиме 1 в течение 7-10 минут, на область К — в режиме 2 в течение 10-15 минут. Иногда более эффективным оказывается последовательное фонирование области D1 и К в тех же режимах.

При наличии шейного остеохондроза и склонности к гипертонии после фонирования области D1 следует обязательно провести процедуру на области К.

При остром воспалительном процессе в почках «Витафон» для лечения бессонницы не применяется.

ТРАВМЫ

✉ *Здравствуйте!*

Хочу рассказать о чуде-аппарате «Витафон». Мой муж, которому 70 лет, получил травму ступни, вернее, отбил ее очень тяжелым предметом, она у него была вся черная. Когда опухоль прошла, подошва ступни не чувствовалась. Чем я ее только не растирала и не натирала, все безрезультатно. Из газеты мы узнали о «Витафоне», купили его и не пожалели. После 10-12 сеансов по 15 минут муж стал чувствовать ногу. И я лечусь — у меня ломало бедро ноги. Благодаря «Витафону» я теперь не знаю врачей. Большое спасибо, что без лекарств и без уколов он помогает стать на ноги.

*Валентина Васильевна и Александр Иванович М.,
Московская обл., г. Новые Мытищи*

Вывих, растяжение

Вывих и растяжение обычно сопровождаются внутренними кровоизлияниями, и для их уменьшения в первые часы после травмы на пораженную область следует прикладывать холод. Вывих должен быть вначале вправлен, поэтому обращение к врачу обязательно. Применять «Витафон» можно лишь на следующий день после травмы. Фонирование ускоряет рассасывание отека, предупреждает образование гематом и способствует быстрому восстановлению тканей.

Процедуры проводят по схеме 52. Один виброфон устанавливают на область травмы, в наиболее ровном месте, второй — на 10 см выше первого. Процедуру проводят в положении лежа. Конечность следует приподнять таким образом, чтобы она находилась выше уровня сердца. После процедуры надо сохранять горизонтальное положение еще в течение не менее получаса. Курс лечения необходи-

Применение «Витафона» при вывихе, растяжении

День		Область поражения и область ближайшей крупной вены	
		Режим	Время, мин
1	Через 8–10 часов после травмы	1	15
	Если травма произошла утром, то вечером проводят 2-ю процедуру	2	20
2–6	Утро	2	30
	Вечер	2	30
7–14	Утро	4	30
	Вечер	4	30
15–21	Утро	—	—
	Вечер	2	15

мо выполнить полностью, чтобы повысить устойчивость сустава к нагрузкам. Для предупреждения воспаления с 3 по 7-й день область травмы следует смазывать на ночь раствором йода.

Перелом

✉ *Хочу сказать большое спасибо создателям аппарата «Витафон». Я сломала ребра грудной клетки, были сильные боли, приходилось прибегать к анальгетикам. Мне предложили аппарат. После первой же процедуры боли стали утихать. Сеансы проводила 2 раза в сутки, и через 3 недели вместо шести я стала уже трудоспособна.*

Работаю я в отделении «Скорая помощь», буду всем больным рекомендовать этот чудесный аппарат. Очень хочу его приобрести. Пожалуйста, вышлите «Витафон» на мой адрес.

*Наталья Васильевна П.,
Башкортостан*

✉ 10 ноября я пошел выкидывать мусор в мусоропровод, открыл мусороприемник, и он мне упал на большой палец левой ноги, отчего я получил нестерпимую боль. Это произошло из-за того, что кому-то из жильцов подъезда нужно было выкинуть строительные отходы, и они вынули металлический стержень из мусороприемника, а потом не вставили его, вот он и упал мне на ногу. Палец мой распух и посинел, была страшная боль. Я был вынужден на другой день обратиться за помощью в городской травмпункт. Там сделали рентгено снимок травмированного пальца, и по снимку врач-травматолог сказал, что раздроблены фаланги моего пальца. Наложили гипсовую повязку на палец и ногу, и врач сказал, что мне придется ее носить дней 30.

К счастью, до этого случая с травмой дочь подарила нашей семье прибор «Витафон». Я решил им воспользоваться и ежедневно в течение двух недель по 15–20 минут лечил этим «Витафоном» свой травмированный палец.

За это время я, конечно, не мог даже выйти из квартиры, так как на ногу с гипсом не мог надеть никакую обувь. Через несколько дней боль в пальце утихла, а потом и совсем пропала. На 15-й день я почувствовал себя совсем хорошо, и гипсовая повязка была снята. После этого я стал ходить нормально.

Я посоветовал бы жителям нашего города приобрести, по возможности, этот чудо-прибор «Витафон», так как он пригодится на все случаи жизни.

Л. Н., инвалид войны

«Витафон» может успешно применяться для сокращения сроков лечения перелома, увеличения прочности соединительной ткани, для предупреждения осложнений, снятия зуда и отека в зоне фиксирующих повязок, а также для ускорения восстановления подвижности суставов. В этом случае виброфоны устанавливают максимально близко к месту перелома. Процедуры проводят на 3-4-й день после травмы в режиме 2 (при переломе ребра — в режиме 1) по 15-20 минут 2–3 раза в день, всего 40-60 минут в сутки. Если наложен гипс, то половину сеанса фонировать непосредственно место перелома, устанавливая виброфоны прямо на гипс над областью перелома, вторую половину сеанса

проводят, размещая один виброфон выше, а другой ниже гипсовой повязки, как можно ближе к травмированной кости. При воздействии через гипс виброфоны устанавливают под углом 90 градусов друг к другу.

При применении «Витафона» совместно с аппаратом Илизарова один виброфон устанавливают на расстоянии 3-4 см выше, а второй — ниже области перелома. При лечении перелома конечностей во время процедуры следует подложить под них подушку для улучшения оттока крови. Сопутствующие раны и даже незначительные царапины также необходимо профонировать.

Сокращение сроков срастания кости достигается за счет ускорения регенерации тканей, что требует адекватного улучшения функции почек. Поэтому при лечении переломов необходимо воздействовать на область К. Процедуры надо проводить один раз в сутки в режиме 2, длительность сеанса — 10-15 минут.

Применение «Витафона» особенно актуально у больных сахарным диабетом, людей пожилого возраста и при осложненных переломах, так как в этих случаях процессы регенерации нарушены и кости срастаются плохо.

Для восстановления и увеличения подвижности суставов после лечения перелома используется воздействие в режиме 4. Процедуры проводят 1-2 раза в сутки по 20-40 минут. По возможности во время процедуры выполняют статические упражнения на увеличение подвижности — с небольшим усилием медленно сгибают сустав в течение 20-30 секунд, затем, разгибают — 20-30 секунд. Продолжать упражнения в течение половины сеанса.

Ушиб

Ушиб — рядовое явление в быту, особенно у детей. В области ушиба происходит кровоизлияние и повреждение мягких тканей, впоследствии развивается отек. Сначала ушибленное место краснеет или розовеет, затем постепенно синееет, зеленеет. Во избежание подобных явлений, которые создают не только физические страдания, но и психологический дискомфорт, «Витафон» желательно применить уже через 2 часа. Ранее применять не следует, чтобы не увеличивать кровоизлияние. «Витафон» применяют по схеме 53 3-4 раза по 10 минут через каждые 2 часа после ушиба. При проведении процедур

виброфоны устанавливают прямо на область травмы. Ушибы, расположенные на теле выше уровня сердца, фонировать в положении сидя, а ниже — в положении лежа. Ушибы на руках можно фонировать в положении сидя, приподняв их на уровень выше сердца. При сильных ушибах фонирование в течение первого дня может оказаться недостаточным. Кроме того, в день, когда произошел ушиб, не всегда удастся выполнить процедуры «Витафоном». В этих случаях фонирование проводят и в следующие дни после травмы по схеме 53.

Травмированная кожа несколько теряет свои барьерные функции, поэтому во избежание развития воспалительного процесса или других осложнений рекомендуется в течение 1-3 дней смазывать по возможности (и при хорошей переносимости) перед вечерней процедурой место ушиба слабым раствором йода.

Ушиб обычно заживает сам по себе. Осложнения (например, в форме рожистого воспаления) бывают очень редко. С применением «Витафона» синяки на месте ушиба проходят в два-три раза быстрее. При своевременном применении и несильном ушибе синяка можно вовсе избежать. Для предупреждения осложнений рекомендуется курс лечения ушиба выполнить полностью, даже если к его лечению приступили спустя 2-15 дней.

Схема 53

Применение «Витафона» при ушибе

День		Ушиб конечностей и области таза		Ушиб в области грудной клетки и головы	
		Режим	Время, мин	Режим	Время, мин
1	Через 2 часа	2	10	1	10
	Через 4 часа	2	15	1	10
	Через 6 часов	2	20	1	10
2-3	Утро	4	15	1	10
	Вечер	4	15	1	10
4-5	Утро	2	15	1	10
	Вечер	2	15	1	10

ПОСЛЕДСТВИЯ ТРАВМЫ ПОЗВОНОЧНИКА

☒ *Здравствуйте, уважаемые труженики!*

Поздравляем весь коллектив фирмы «МикроЭПМ» с Новым годом!

Счастья вам, здоровья, удачи и успехов в жизни и в труде!

Большое вам спасибо за чудо-прибор «Витафон»! Благодаря ему наша семья в буквальном смысле встала на ноги. Я — капитан I ранга в отставке. В молодые годы получил травмы черепа, позвоночника, а отсюда и все последствия. Массаж и всевозможные растирания помогали плохо. Были дни и недели, когда я не мог подняться с постели. Не мог пройти более одного километра, донимали боли в суставах и т. д. В мае этого года приобрели ваш прибор, которым пользуемся всей семьей. Я воскрес! Хожу, двигаюсь, даже сделал ремонт (покрасил полы, наклеил обои и т. д.), о чем раньше и не мечтал.

Спасибо вам большое, дай Бог вам здоровья и успехов в вашем благородном труде! Удачи вам, дорогие друзья!

*Борис Леонидович Г.,
Владивосток*

Травма позвоночника — это тяжелое заболевание, которое может привести к параличу конечностей, парезу кишечника, нарушению функций мочеиспускания и другим осложнениям в зависимости от степени повреждения спинного мозга и нарушения иннервации. Целью применения «Витафона» при лечении последствий травмы позвоночника является ускорение регенеративного процесса и восстановление проводимости нервных волокон. Результат лечения во многом зависит от степени повреждения и наличия необратимых нарушений.

Применение «Витафона» на область травмы осуществляют следующим образом. Виброфоны устанавливают напротив травмированных позвонков симметрично по обе сто-

роны позвоночника вплотную к нему. Процедуры проводят по схеме 54. Если травмировано более трех позвонков, область травмы разбивают на две части и фонировать каждую часть указанное в схеме время. Необходимо, чтобы в область воздействия попали и соседние с травмированными позвонки. Для уменьшения воспалительного процесса один раз в сутки следует смазывать раствором йода всю область травмы, а также участки позвоночника на несколько сантиметров ниже и выше ее. Йодную процедуру необходимо выполнять до тех пор, пока к концу суток след йода не перестанет исчезать.

В случае бурной реакции организма с появлением или усилением боли необходимо уменьшить время процедур до приемлемой переносимости.

В комплекс лечения травмы позвоночника обязательно включается воздействие на область К. Если травмирован грудной или шейный отдел, то одновременно с началом лечения травмированных позвонков необходимо выполнять фонирование поясничного отдела позвоночника, который ответствен за управление органами малого таза. Лечение следует проводить по схеме 54. Каждые 30 дней необходимо делать перерыв на 2-3 дня.

Применение «Витафона» при травме позвоночника

День	Область К		Область травмы		Область Е21		Область Е3		Область Е31	
	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин
1-2	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	2	10	1	3	1	3	1	3	1	3
3-4	—	—	1	4	1	4	1	4	1	4
	2	15	1	4	1	4	1	4	1	4
5-6	—	—	1	5	1	5	1	5	1	5
	2	15	1	5	1	5	1	5	1	5
7-8	—	—	1	6	1	6	1	6	1	6
	2	15	1	6	1	6	1	6	1	6
9-10	—	—	1	8	1	6	1	6	1	6
	2	15	1	8	1	6	1	6	1	6

Схема 54 (окончание)

День	Область К		Область травмы		Область Е21		Область Е3		Область Е31	
	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин
11-12	Утро	—	1	9	1	6	1	6	1	6
	Вечер	2	1	8	1	6	1	6	1	6
13-14	Утро	—	1	10	1	6	1	6	1	6
	Вечер	2	1	10	1	6	1	6	1	6
15-30	Утро	—	1	8	2	5	1	5	1	5
	Вечер	2	1	8	1	5	1	5	1	5
31-32	Перерыв									
33-60	Утро	—	1	8	2	5	1	5	1	5
	Вечер	2	1	8	1	5	1	5	1	5
61-62	Перерыв									
63-90	Утро	—	2	5	2	4	1	4	1	4
	Вечер	2	1	8	1	4	1	4	1	4
91-92	Перерыв									
93-120	Утро	—	2	10	1	3	1	3	1	3
	Вечер	2	1	8	1	3	1	3	1	3

ПРИМЕНЕНИЕ «ВИТАФОНА» В ПОСЛЕОПЕРАЦИОННЫЙ ПЕРИОД

✉ *Уважаемые разработчики прибора «Витафон»!*

К вам обращается 68-летний пенсионер. С вашим прибором ознакомился через газету «Труд», где еженедельно можно прочитать положительные отклики людей, страдающих различными болезнями. В прошлом году я приобрел ваш прибор, ознакомился с инструкцией и применил его после оперирования контрактуры на левой руке (через два месяца), а в этом году — на правой, сразу (на второй день) после операции.

Необходимо отметить, что швы и уплотнения на правой руке рассосались в три раза быстрее, чем на левой. Так что эффект налицо.

*Анатолий Самойлович В.,
Москва*

Хирургическое вмешательство является настоящим испытанием в жизни каждого человека. Придя в себя в палате после наркоза, больной переживает не лучшие минуты в своей жизни. Обычно болит послеоперационная рана, мешает повернуться. Пройдет несколько трудных дней, прежде чем самочувствие больного улучшится. В ране последовательно развивается ряд биологических явлений, которые в совокупности именуют раневым процессом. В рассеченных тканях возникает рефлекторный спазм сосудов, замедляется кровоток, развивается отек и воспаление, накапливаются продукты, токсичные для клеток. Со временем их заменяют восстановительные процессы, отмершие ткани рассасываются, улучшается кровообращение.

Применение «Витафона» позволяет избежать осложнений, нормализовать кровообращение, ликвидировать отек, воспаление, добиться более быстрого заживления первичным натяжением.

Процедуры витафонотерапии проводят 1-2 раза в сутки в режиме 1 по 10 минут после обработки кожи 5%-м раствором йода.

Если операция выполнялась по поводу злокачественной опухоли, «Витафон» не применяется.

При хирургических операциях в брюшной полости довольно часто возникают проблемы возобновления пассажа (двигательной активности) кишечника. В этом случае рекомендуется проводить фонирование по схеме 55.

Применение «Витафона» для восстановления пассажа кишечника

День	Область К		Область М1		Область М2		Область Е3	
	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин	Режим	Время, мин
1	Утро	—	—	—	—	—	—	—
	Вечер	—	1	3	1	3	1	3
2	Утро	—	1	4	1	4	1	4
	Вечер	—	1	4	1	4	1	4
3	Утро	—	3	5	3	5	1	5
	Вечер	—	1	5	1	5	1	5
4	Утро	—	4	5	4	5	1	5
	Вечер	2	5	1	5	1	5	5
5	Утро	—	3	5	3	5	1	5
	Вечер	2	10	1	5	1	5	5
6	Утро	—	1	5	1	5	1	5
	Вечер	2	10	1	5	1	5	5
7	Утро	—	1	5	1	5	1	5
	Вечер	2	10	1	5	1	5	5

ОЖОГИ

✉ Я попробовала «Витафон» на внуке (ему 2,5 года). У него был ожог левой ручки. Он лежал в ожоговом центре. Потом врачи сказали, что надо периодически ложиться в больницу, чтобы рубцы были не такие страшные. Лечение дорогое, и я уговорила старшего сына полечить малыша Вашим аппаратом. Рубцы из красных стали розоватого цвета и немного разгладились.

Галина Павловна Д.,
Волгоград

В качестве наиболее частой причины ожогов следует указать воздействие горячей воды и пара, прикосновение к раскаленным предметам, воспламенение жидкого топлива, пожары. Довольно часто страдают маленькие дети, оставленные без присмотра родителями. Кроме термических, ожоги могут быть химическими (кислоты, щелочи) и при поражении электротоком.

В настоящее время в отечественной медицине принята четырехстепенная классификация ожогов. В основе этой классификации — глубина поражения кожи и других тканей.

Ожоги 1-й степени характеризуются повреждением клеток поверхности слоев эпидермиса (наружного слоя кожи), сопровождающимся воспалительной экссудацией и стойкой гиподермией кожи. Возникают острые, жгучие боли в области поражения, которые стихают через 1-2 дня, а спустя 3-4 суток исчезают отек и покраснение. Слушивание эпидермиса наступает на 5-7-й день. Иногда на месте обожженного участка остается пигментация кожи.

Ожоги 2-й степени характеризуются гибелью поверхностных слоев эпидермиса с его отслойкой и образованием пузырей, наполненных прозрачным содержимым. Дном раны в этом случае является ярко-розовый болезненный слой эпидермиса. Пузыри возникают сразу или появляются в первые 2-е суток.

На месте ожога держатся сильные боли и жжение. При благоприятном течении к концу второй недели поврежденные участки полностью эпителизируются без образования рубцов.

При ожогах 3-й степени имеется некроз (омертвление) кожи, иногда повреждается и подкожная клетчатка. Эпителизация наступает лишь с краев раны и происходит очень медленно. Самостоятельно заживает только ожог небольших размеров.

Ожоги 4-й степени характеризуются гибелью кожи и подлежащих тканей — мышц, сухожилий, костей и т. д. На месте таких ожогов образуются глубокие раны, не имеющие тенденции к самостоятельному заживлению.

В домашних условиях целесообразно лечить только ожоги 1-2-й степени. Более тяжелые ожоги требуют комплексного лечения в специализированных ожоговых центрах и отделениях.

При поражении кожи 1-2-й степени небольших размеров местное лечение начинают с обработки ожоговой раны салфетками, смоченными раствором антисептика (раствор йодопирона, хлоргексидина или др.). Эти растворы не оказывают такого раздражающего действия, как спиртовой раствор йода, и в то же время обладают противовоспалительным и антисептическим эффектом. Если этих препаратов нет, то можно воспользоваться 5%-м раствором йода, обработав 1-2 сантиметра неповрежденной кожи вокруг раны. Поврежденная кожа перестает выполнять защитную функцию и становится легкопроницаемой для инфекции. Поэтому применение антисептиков обязательно. Кожа вокруг ожоговой раны и сама рана тщательно обрабатываются, с поверхности удаляют остатки отслоившегося эпидермиса, инородные тела. На очищенную рану накладывают повязку с раствором антисептика либо повязку с водорастворимой мазью (диоксицидиновой, йодопириновой, левасином). Повязки меняют через сутки.

Ожоги лица лечат без наложения повязок. Раны обрабатывают раствором марганцевокислого калия. Под образующейся сухой коркой наступает эпителизация. «Витафон» применяют в первый же день заболевания. Чем раньше он будет применен, тем меньше будет осложнений. Процедуру проводят 1-3 раза в сутки в режиме 1 в течение 10-15 минут. Виброфоны устанавливают через стерильную или обработанную антисептиком салфетку. Если на область ожога наложена повязка, то фонирование проводят через нее.

При ожогах более тяжелой степени «Витафон» применяют как дополнение к комплексному лечению.

Процессы, происходящие в ожоговой ране, приводят к накоплению в организме продуктов распада, к интоксикации и в итоге к нарушению функции печени, почек и других органов. Поэтому если площадь ожога легкой степени превышает 50 см² и при ожогах 3-4-й степени любых размеров дополнительно осуществляют фонирование области К в режиме 2 в течение 10-15 минут 1-3 раза в сутки. Курс лечения продолжают до выздоровления.

ОТМОРОЖЕНИЕ

✉ *Здравствуйте, создатели «Витофона».*

Пишут вам пожилые люди из г. Соликамска. Просим вас выслать шесть аппаратов «Витафона» срочно. Мы будем вам очень благодарны. У нас есть один, но его нам мало, так как мы лечимся всем подъездом, боимся, что аппарат перегорит, некоторым уже помог. Заранее вам большое спасибо. До свидания. Будем очень ждать.

Пермская обл.

При отморожении (в просторечии обморожении) под действием холода происходит частичное повреждение тканей. При этом кожа утрачивает свои защитные свойства и область поражения становится чувствительной к инфекции. Кроме того, капилляры закрываются и кровоснабжение полностью прекращается. Оно не восстанавливается в полном объеме даже после согревания до нормальной температуры. В связи с этим при отморожении нельзя прибегать к активному теплу во избежание развития гангрены. Отогревание должно происходить за счет поступления крови в отмороженные части. Поэтому витафонотерапию нужно начать как можно скорее. Пораженные ткани могут содержать кристаллы льда, поэтому в течение нескольких часов нельзя проводить растирание.

Обычно отморожению подвергаются конечности. Перед применением «Витафона» пораженные части конечностей осторожно забинтовывают в один-два слоя бинтом, обработанным антисептиком. Для согревания и восстановления кровоснабжения один виброфон устанавливают на границе пораженной и непораженной областей, а второй — на 5-7 см выше. Процедуру проводят в режиме 2 в течение 20-30 минут. Если отморожены обе конечности, то виброфоны устанавливают по одному на каждую. Вначале их размещают на границе пораженной и непораженной областей, а за-

тем смещают на 5-7 см на область отморожения несколько раз так, чтобы охватить всю отмороженную область. Каждый участок фонировать по 20 минут. Затем выполненный цикл фонирования повторяют. То есть снова устанавливают виброфоны на границу пораженной и непораженной областей, фонировать 20 минут, смещают на 5-7 см и т. д. Во избежание осложнений лучше перестраховаться и потратить на эти процедуры 1,5-2,5 часа. Примерно через 4 часа после начала процедур область отморожения обработать спиртом или слабым раствором йода и повторить вышеописанные процедуры витафонотерапии. На ночь этого же дня следует провести дополнительный 15-минутный сеанс на область почек в режиме 2.

Фонирование продолжают в течение 1-7 дней в зависимости от степени отморожения. На второй день время одной процедуры можно уменьшить до 30-40 минут и в дальнейшем придерживаться этой же длительности сеансов. Процедуры проводят 2-4 раза в сутки.

Если произошло отморожение или хотя бы сильное переохлаждение части туловища, например в результате засыпания на снегу в состоянии алкогольного опьянения, то процедуры витафонотерапии продолжают в течение 10-14 дней.

ВАРИКОЗНОЕ РАСШИРЕНИЕ ВЕН

✉ *Уважаемые создатели аппарата «Витафон»!*

*Благодаря вашему аппарату я почти вылечил про-
статит, которым страдаю около 30 лет.*

*Я выписываю газету «Челябинский рабочий», где
часто пишут об аппарате «Витафон». И вот 13.03.99
я прочитал, что с декабря 1998 г. к аппарату прикла-
дывается новая расширенная (на 52 страницах) инст-
рукция по лечению новых заболеваний! Пятнадцать
лет я страдаю расширением вен правой ноги, вся на-
дежда на вас. Если у вас есть инструкция по лечению
этой болезни, очень прошу выслать ее в мой адрес, за
что буду очень благодарен. Все расходы мной будут
оплачены.*

*С уважением, В. Н. А.,
Челябинская обл.*

Варикозное расширение вен — это заболевание, харак-
теризующееся неравномерным увеличением просвета, изви-
стостью периферических вен, утоньшением их стенок. Чем
вызвана эта патология? Дело в том, что все вены имеют кла-
паны, которые предотвращают обратное движение крови и
благодаря которым работает гидродинамический насос. Слу-
чается, что по каким-то причинам клапан перестает выпол-
нять свою функцию. Дефект одного клапана еще не приводит
к расширению вен, но увеличивает нагрузку на следующий
клапан. Если действуют причины, которые вызвали ослабле-
ние первого клапана, то вскоре работа второго клапана также
будет нарушена. Третий перестанет функционировать еще бы-
стрей. В результате на протяженном участке вены все клапа-
ны не выполняют своей функции, и гидродинамический насос
перестает работать. Кровь накапливается, застаивается, а вена
разбухает и болит. В начале заболевания страдают поверхно-

стные вены. Если болезнь не лечить, то она распространяется на глубокие вены, может развиваться воспалительный процесс, тромбофлебит и другие осложнения.

На сегодня пока не существует метода восстановления клапанов вен. На раннем этапе проводят профилактическое лечение, чтобы не допустить развития заболевания и появления осложнений. Когда боли становятся нестерпимыми, вену уничтожают, поскольку она свою функцию все равно не выполняет. Иногда это делают и в эстетических целях. Вена может быть удалена хирургическим путем или другими методами. На некоторое время это решает проблему болезненности и внешнего вида. Однако причины, вызвавшие ослабление клапанов вен, не устраняются и процесс может повториться на другой вене.

При варикозном расширении вен очень важно обеспечить поддерживающее лечение и пересмотреть свой образ жизни. Прежде всего уменьшить нагрузки на вены: необходимо ограничить время нахождения на ногах в положении стоя без движений. Днем полезно полежать на спине с поднятыми выше головы ногами и выполняя упражнение типа «велосипед». Во время сна ноги должны находиться выше уровня сердца. Следует помнить, что в положении сидя растет внутрибрюшное давление, способствующее развитию заболевания. Именно поэтому варикозное расширение вен часто развивается после перенесенной беременности. Из физкультуры считается наиболее полезным плавание (физическая нагрузка на ноги в горизонтальном положении).

Применение «Витафона» при варикозном расширении вен осложнено тем, что эффект гидродинамического насоса не работает. Однако если проводить процедуры только вечером, подняв ноги выше головы, то виброакустическое воздействие позволит улучшить отток крови и нормализовать кровоснабжение клапанов вен. Прочность клапанов повысится, нагрузка на вены уменьшится, что замедлит, а при соблюдении ограничений нагрузки на ноги и остановит развитие заболевания.

Напомним, что «Витафон» применяется на стадии заболевания, когда еще нет тромбофлебита. Процедуры проводят только на ночь, только в положении лежа и обязательно расположив ноги выше головы. Виброфоны устанавливают вдоль болезненной вены на расстоянии 10 см

друг от друга. Процедуры проводят в режиме 2 в течение 20-40 минут. Профилактический курс — 3-4 недели. В дальнейшем можно постоянно проводить поддерживающие процедуры 1-3 раза в неделю. Дополнительно полезно проводить ежегодно 2-3 курса лечения пояснично-крестцового отдела позвоночника по схеме 5, с. 78. Фони́рование позвоночника возможно и в стадии болезни с явлениями тромбфлебита.

ГОЛОВНЫЕ БОЛИ

✉ *Здравствуйте!*

Два месяца мы с мужем пользовались «Витафоном», присланным вами. Большое спасибо. Но нам пришлось отдать его невестке: она сломала ногу. Мы надеемся, что он и ей поможет.

Но нам он тоже очень нужен. Мы с мужем избавились от болей в позвоночнике. У меня прекратились головные боли, снизилось давление.

Спасибо тем, у кого умная голова и золотые руки. И всем тем, кто проявляет заботу о страдающих людях. Очень просим, пришлите нам «Витафон» — он нам с мужем очень нужен (мы оба инвалиды Великой отечественной войны).

*С большим уважением, Клавдия Ивановна Д.,
Краснодарский край*

Головные боли могут быть вызваны разными причинами: спастическими сосудистыми явлениями, например, при некоторых формах мигрени или частыми скачками артериального давления. В последнем случае необходимо пройти курс лечения гипертонии.

Мигрень — периодически повторяющиеся приступы интенсивной головной боли пульсирующего характера, чаще односторонней, локализующейся преимущественно в глазнично-лобно-височной области. Боль сопровождается в большинстве случаев тошнотой, иногда рвотой, плохой переносимостью яркого света и громких звуков (свето-, звукобоязнь), сонливостью и вялостью после завершения приступа, который длится от 4 до 72 часов.

Мигренью страдает более 5% населения развитых стран. В подавляющем большинстве случаев это женщины трудоспособного возраста.

Мигрень длится долгие годы, ее характер и течение столь разнообразны, что нередко средства, применяемые для одного пациента, оказываются бесполезными для другого. Известны факторы, которые могут вызывать приступы мигрени. Реакция на них, как правило, бывает запоздалой и возникает в течение 15-20 часов. К основным факторам, провоцирующим возникновение приступа, относятся: стресс, разрядка после эмоциональных переживаний, период менструации и овуляции, недосыпание или избыточный сон, физические нагрузки, употребление алкоголя, сильные вестибулярные раздражители (езда в поезде, автомобиле, самолете, морское путешествие, качели), перемена погоды и пр.

Когда мигрень вызвана спастическими сосудистыми явлениями, проводят процедуры по схеме 18 (см. с. 115). Она включает в себя воздействие на шейный отдел позвоночника и область почек.

«ВИТАФОН» И СПОРТ

✉ *Уважаемые господа!*

Более двух лет пользовался «Витафоном» сам, давал пользоваться другим — что бы ни говорили, а вещь прекрасная!

*Константин Григорьевич Х.,
Тульская обл.*

«Витафон» — незаменимый помощник в спорте. Спортсмены во время состязаний и тренировок достаточно часто получают различные травмы. А времени на восстановление иногда просто нет. Увеличивая скорость срастания переломов, ушибов и ран в полтора-два раза, «Витафон» становится верным спутником многих спортсменов.

Но «Витафон» пригоден не только для лечения спортивных травм. Профилактические процедуры на шейный и пояснично-крестцовый отделы позвоночника позволяют улучшить координацию движений и повысить результативность в балете, фигурном катании на коньках, спортивной гимнастике и многих других видах спорта. Во время соревнований «Витафон» может оперативно восстановить работоспособность мышц после перегрузки, снять болезненность и подготовить спортсмена к следующему выступлению. Более того, специальные процедуры витафонотерапии перед выступлением обеспечат накопление кислорода и глюкозы в мышцах и максимизируют спортивный результат. Для этого необходимо в режиме 2 в течение 5-10 минут воздействовать на область С и по 5-10 минут — на области ответственных групп мышц. Виброфоны устанавливаются по одному на левую и правую группу мышц. Достаточно провести по одной процедуре на каждую мышцу, установив виброфон в ее центре. Исключение составляют мышцы бедра, для которых потребуются две процедуры. Фонировать нужно прежде всего мышцы, которые болят после тренировок.

Для бегуна это передние мышцы голени и бедра, для штангиста — мышцы рук, трапециевидная и дельтавидные мышцы плеч. Если процедуры проводить 3 раза в день в течение 3-7 дней перед выступлением, то это позволит спортсмену достичь максимального результата. После первого дня выступлений на ночь необходимо дополнительно воздействовать на область К в течение 10-15 минут в режиме 2. Процедуры витафонотерапии на область мышц проводят после массажа или вместо него.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ «ВИТАФОНА» В БЫТУ

✉ *Здравствуйте, создатели прекрасного аппарата «Витафон»!*

Спасибо! Это чудо! С 5 июня живу без лекарств. Совсем вылечила ноги, пошло на улучшение:

1) подагрические шишки, ушла боль, покраснение, шишки уменьшились;

2) перестала мучить бессонница;

3) меньше стала застарелая гематома, надеюсь, что совсем рассосется;

4) перестала «бегать» по ночам 5-6 раз в туалет;

5) чище стала кожа лица;

6) убрала «мешки» под глазами.

Мне 55 лет, инвалид II группы. К любой болячке аппарат применяю, и все проходит. И остеохондроз проходит, и ноги «легкие» стали у меня, «порхаю», «летаю», как молодая. Прекрасный аппарат! Всем родственникам и знакомым рекомендовала.

*Татьяна Ивановна Л.,
Екатеринбург*

Восстановление голоса

Профессиональные занятия пением требуют значительного напряжения мышц голосовых связок. Применение «Витафона» перед репетицией или выступлением позволит певцу укрепить голосовые связки, а после интенсивного пения — снять усталость и уже к утру следующего дня восстановить форму. Для этих целей виброфоны устанавливают на горло в области голосовых связок с двух сторон. Процедуру проводят в течение 7-15 минут в режиме 1 за 40 минут до занятий пением и через 1-4 часа после занятий, а если не получается, то перед сном. При заболеваниях щитовидной железы процедуры не выполняют.

Укусы насекомых

Кого из нас летом не кусали комары, слепни, осы? Если укус насекомого не вызвал аллергической реакции в виде сильного отека, то через час после укуса для снятия болезненности и небольшой отечности место укуса можно смазать раствором столового уксуса и в течение 5-7 минут фонировать в режиме 1. Процедуру следует повторить через 4-8 часов.

Применение «Витафона» в косметике

Являясь эффективным средством улучшения кровоснабжения, «Витафон» может с успехом использоваться и для косметических целей. Аппарат применяется в сочетании с заранее подобранными лечебными препаратами: кремами, мазями, гелями, бальзамами, лосьонами. При этом количество косметического средства можно уменьшить вдвое, эффект от этого не уменьшится, а даже, наоборот, увеличится.

Кожу следует лечить небольшими участками. Виброфоны устанавливают один за другим на область лечения, следя за тем, чтобы во время процедуры они оставались неподвижными. Фонирование выполняют в режиме 1 в течение 8-12 минут. Процедуры проводят 3-4 раза в неделю в течение 1-2 месяцев.

Поскольку состояние кожи находится в прямой зависимости от качества крови, полезно ежедневно на ночь по 5-10 минут проводить фонирование области К в режиме 2.

При пластических операциях витафонотерапия обеспечивает быстрое снятие отека и заживление ран. Послеоперационные рубцы становятся мягче и эластичнее. Виброфоны устанавливают через марлевую салфетку в непосредственной близости от швов, учитывая, что радиус действия одного виброфона — 7 см. Лечение проводят до выздоровления. Через месяц курс лечения желательно повторить.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1

Содержание клетчатки в продуктах (г/100 г продукта)

Зерновые продукты		Сухие овощи	
Отруби	40	Бобы	25
Хлеб из муки грубого помола	13	Лущеный горох	23
Мука грубого помола	9	Чечевица	12
Неочищенный рис	5	Горох турецкий	2
Белый рис	1		
Белый хлеб	2,5		
Зеленые овощи		Сырые овощи	
Зеленый горошек	12	Капуста	4
Петрушка	9	Редис	3
Шпинат	7	Грибы	2,5
Салат	5	Морковь	2
Артишоки	4	Латук	2
Лук-порей	4		
Свежие фрукты, ягоды		Сухофрукты и орехи	
Малина	8	Кокос	24
Груши неочищенные	3	Инжир	18
Яблоки неочищенные	3	Миндаль	14
Клубника	2	Финики	9
Персики	2	Арахис	8
		Изюм	7

Таблица гликемических индексов

Углеводы с высоким индексом («плохие» углеводы)		Углеводы с низким индексом («хорошие» углеводы)	
Солод	110	Хлеб из муки грубого помола с отрубями	50
Глюкоза	100	Неочищенный рис	50
Печеная картошка	95	Горох	50
Белый хлеб из муки высшего сорта	95	Необработанные злаковые без сахара	50
Картофельное пюре быстрого приготовления	90	Овсяные хлопья	40
Мед	90	Фруктовый сок, свежий без сахара	40
Морковь	85	Серый хлеб из муки грубого помола	40
Кукурузные хлопья, попкорн	85	Макаронные изделия из муки грубого помола	40
Сахар	75	Цветная фасоль	40
Белый хлеб	70	Сухой горох	35
Обработанные злаковые с сахаром (мюсли)	70	Хлеб из цельной муки	35
Шоколад (в плитках)	70	Молочные продукты	35
Вареный картофель	70	Сухие бобы	30
Печенье	70	Чечевица	30
Кукуруза	70	Горох турецкий	30
Очищенный рис	70	Ржаной хлеб	30
Серый хлеб	65	Свежие фрукты	30
Свекла	65	Фрукты, консервированные без сахара	25
Бананы, дыня	60	Шоколад черный (60% какао)	22
Джем	55	Фруктоза	20
Макаронные изделия из муки высшего сорта	55	Соя	15
		Зеленые овощи, томаты, лимоны, грибы	<15

УКАЗАТЕЛЬ ЗАБОЛЕВАНИЙ

Заболевание	Страница	Номера схем
Артрит и артроз	99	14, 3 (с. 76), 5 (с. 78), 42 (с. 186)
Атеросклероз	116	
Бесплодие, обусловленное непроходимостью семявыносящих путей	187	43 , 4 (с. 77)
Бессонница	217	
Бронхиальная астма	127	21, 22
Бронхит	121	19, 20
Варикозное расширение вен	235	5 (с. 78)
Воспаление придатка яичка (эпидидимит)	187	43 , 4 (с. 77)
Воспаление среднего уха (отит)	151	30 (с. 150)
Воспалительный процесс в зубе	153	31
Восстановление голоса	242	
Вторичное сморщивание почки	180	40, 41, 4 (с. 77)
Вывих	218	52
Гайморит	139	26
Геморрой	196	46, 47
Гепатит	209	
Гипертоническая болезнь	106	15, 16, 17, 18
Головные боли	238	18 (с. 115)
Детский церебральный паралич	88	11, 12, 13
Доброкачественная гиперплазия (аденома) предстательной железы	160	35, 5 (с. 78)
Запор	202	48
Импотенция	174	38, 37 (с. 171)
Кариес	153	32
Климакс у мужчин	172	36, 37
Косметические процедуры	243	
Лактостаз	212	50

Заболевание	Страница	Номера схем
Мастит	212	50
Мышечная боль в спине	70	2
Нарушение менструального цикла	214	51
Недостаточность грудного молока	213	
Нейросенсорная тугоухость	147	30
Нефрогенная гипертензия	180	42
Ожоги	230	
Остеохондроз	65	7, 8, 9, 10
Острая респираторная вирусная инфекция	141	27, 28, 29
Отморожение	233	
Пародонтоз	153	33, 34
Перелом	219	
Пиелонефрит	180	40, 41, 4 (с. 77)
Последствия инсульта	119	18 (с. 115)
Послеоперационный период	227	55
Послеродовое применение	212	5 (с. 78)
Простатит	168	36, 37
Профилактика заболеваний позвоночника	65	3, 4, 5, 6
Радикулит	65	7, 8, 9, 10
Растяжение	218	52
Ринит (насморк)	145	29 (с. 144)
Тонзиллит (ангина)	134	23, 24, 25
Травма позвоночника	223	54
Укусы насекомых	243	
Ушиб	221	53
Физические нагрузки	70	1
Холецистит	206	49
Хроническая почечная недостаточность	180	42, 4 (с. 77)
Цистит	177	39, 5 (с. 78)
Энурез	191	44
Энкопрез	191	45

СОДЕРЖАНИЕ

Предисловие	5
Изобретатель о себе	7
Часть 1. «ВИТАФОН» – ЭТО СЕРЬЕЗНО	15
Знакомство с «Витафоном»	15
Три кита «Витафона»	18
Вред и польза физкультуры	24
«Витафон» не спасет от неразумного питания	28
Очищение от шлаков или перегрузка организма? ..	37
Почему мы стареем	41
«Витафону» все возрасты покорны	43
«Витафон» и психотерапия, или Почему Кашпировский лечит	45
Витафонотерапия и другие методы лечения	47
Если у вас нет «Витафона»	49
Часть 2. ДАВАЙТЕ ФОНИРОВАТЬСЯ	54
Общие принципы витафонотерапии	54
Показания к применению витафонотерапии	55
Противопоказания к витафонотерапии	57
Время проведения процедур	57
Продолжительность процедур	58
Выбор режима	58
Установка виброфонов	59
Ощущения	59
Йод в витафонотерапии	60
Сроки лечения	61
Роль позвоночника в возникновении заболеваний ..	65
Последствия детского церебрального паралича	88
Артрит и артроз	99
Гипертоническая болезнь	106
Атеросклероз	116
Последствия инсульта	119
Бронхит	121
Бронхиальная астма	127
Тонзиллит (ангина)	134

Гайморит	139
Острая респираторная вирусная инфекция	141
Ринит (насморк)	145
Нейросенсорная тугоухость	147
Воспаление среднего уха (отит)	151
Болезни зубов	153
Доброкачественная гиперплазия (аденома) предстатель- ной железы	160
Простатит	168
Климакс у мужчин	172
Импотенция	174
Цистит	177
Болезни почек	180
Воспаление придатка яичка (эпидидимит). Бесплодие, обусловленное непроходимостью семя- выносящих путей	187
Энурез. Энкопрез	191
Геморрой	196
Запор	202
Холецистит	206
Гепатит	209
Гинекологические заболевания	212
Бессонница	217
Травмы	218
Вывих, растяжение	218
Перелом	219
Ушиб	221
Последствия травмы позвоночника	223
Применение «Витафона» в послеоперационный период	227
Ожоги	230
Отморожение	233
Варикозное расширение вен	235
Головные боли	238
«Витафон» и спорт	240
Использование «Витафона» в быту	242
Восстановление голоса	242
Укусы насекомых	243
Применение «Витафона» в косметике	243
Приложения	244
Указатель заболеваний	246

Где можно приобрести «Витафон»

Абакан	ул. Щетинкина, 70	6-80-40
Абинск	пр. Комсомольский, 83	5-11-36
Александров	ул. Красной молодежи, 4	2-39-17
Александровское (Ставроп.край)	ул. Войтика, 33	9-23-64
Анапа	ул. Пушкина, 7	4-53-11
Ангарск	ул. К. Маркса, 36	52-86-93
Анжоро-Судженск	ул. Дорожная, 38	2-20-70
Апатиты	ул. Зиновьева, 14 а	4-08-81
Апшеронск	ул. Ворошилова, 29	2-31-94
Армавир	ул. Халтурина, 90	5-34-65
Архангельск	ул. Тимме, 12	23-79-27
Астрахань	ул. 3-я Интернациональная, 42	24-79-04
	ул. Кирова, 47	39-17-65
	ул. Б. Хмельницкого, 27/48	34-78-33
Балаково	ул. Ленина, 122а	4-79-52
Балашов	ул. Воровского, 30	3-56-83
Барнаул	ул. Пушкина, 38	23-87-37
	ул. Советская, 10	38-01-48
	пр. Социалистический, 109	26-08-27
	пр. Строителей, 15	22-69-79
	пр. Строителей, 25	24-74-17
Белгород	ул. 5 августа, 2	33-42-01
	ул. Садовая, 25а	31-13-13
Белореченск (Краснод.край)	ул. Ленина, 127	2-35-90
Белорецк	ул. 50 лет Октября, 70	4-44-50
Березники	ул. Пятилетки, 40	1-64-67
Бийск	ул. Турусова, 17	32-92-51
Биробиджан	ул. Шолом Алейхема, 24	4-02-96
Благовещенск (Амурск.область)	ул. Ленина, 161	42-79-32
Благодарный	пл. Строителей, 26	2-31-55
Братск	ул. Гидростроителей, 58	36-23-51
Брянск	ул. Куйбышева, 6	55-26-20
	пр. Ленина, 24	46-14-91
	пр. Ст. Димитрова, 57	41-45-00
	ул. Харьковская, 14	73-81-46
Бугуруслан	ул. Революционная, 42	2-19-77
Буденовск	ул. Микрорайон 1, 18	3-19-25
Бузулук	ул. Пушкина, 8а	2-59-65
Великие Луки	ул. Некрасова, 4/2	3-74-51
Великий Устюг	ул. Красная, 128	
	ул. Шилова, 3а	2-05-63
Владивосток	ул. Адм. Фокина, 3	22-17-95
	ул. Борисенко, 25	23-78-57
	ул. Луговая, 59	44-04-37
Владикавказ	ул. Джинаева, 17	54-25-54
Владимир	ул. Егорова, 6	21-55-62
	ул. Краснознаменная, 3а	23-45-37
	Судогодское шоссе, 65	32-99-18
Волгоград	пр. Ленина, 15	33-72-34
	ул. 64-ой Армии, 2	42-16-05
	ул. Мира, 11 (маг. "Тех. книга")	36-35-97
	ул. Н.Отрады, 10	78-91-26
Волгодонск	ул. Дружбы, 14	2-89-19
Волжский	ул. Энгельса, 10	27-11-32
Вологда	Справочный тел.	065
	ул. Герцена, 31	72-90-27
	ул. Лечебная, 32б	23-08-50
Волхов	ул. Ломоносова, 27	2-27-03
Воркута	ул. Димитрова, 15/3	6-46-91
	ул. Ленина, 58в	5-59-09
Воронеж	Московский проспект, 82	74-73-53
	ул. Алексеевского, 15	55-64-72
Воткинск	ул. 1 Мая, 85	5-97-84

Гай	ул. Коммунистическая, 10	2-28-61
Гатчина	ул. К. Маркса, 4	2-24-00
Геленджик	ул. Грибоедова, 9а	3-24-31
Георгиевск (Ставроп.край)	ул. Пушкина, 56	2-20-21
Глазов	ул. Калинина, 2	4-27-74
Гуково	ул. Крупской, 42	2-46-33
Гулькевичи	ул. Комсомольская, 7	2-16-34
Дивногорск	ул. Машиностроителей, 7	2-07-48
Динская ст.	ул. Красная, 88	5-16-92
Дмитров	ул. Маркова, 35	7-96-48
Дубна	ул. Московская, 7	2-00-41
Ейск	пр. Боголюбова, 7	2-16-77
Екатеринбург	ул. Энгельса, 145	31-04-85
	пр. Космонавтов, 45	22-85-82
	ул. 8 Марта, 61	31-99-19
	ул. Победы, 16	51-80-82
	ул. Пушкина, 16	5-62-21
Ессентуки	ул. Советская, 13	6-06-09
Ефремов	ул. Лермонтова, 36	535-35-76
Зеленоград (Мос.обл)	корп. 317а	2-18-03
Зеленокумск	ул. Мира, 22	3-51-06
Зерноград (Рост.обл)	ул. Чкалова, 13	5-17-25
Златоуст	ул. Доватора, 24	3-43-73
	пр. Мира, 20	41-54-59
Иваново	ул. 8 Марта, 21	23-69-19
	ул. Велижская, 8	52-49-27
Ижевск	ул. Пушкинская, 213	2-43-92
Изобильный	пер. Ленина, 12	2-29-92
Инта	ул. Социалистическая, 3	2-26-56
Ипатово	ул. Орджоникидзе, 17	38-55-04
Иркутск	м-н "Юбилейный", 176	34-74-42
	ул. Тимирязева, 16	34-73-23
	ул. Ф.Энгельса, 8 оф.807	11-83-61
Йошкар-Ола	ул. Анциферова, 4	45-46-80
	Ленинский пр., 61	72-29-65
	ул. Машиностроителей, 26	45-06-08
	ул. Первомайская, 100	46-98-55
Казань	ул. Баумана, 13	60-15-01
	ул. Ершова, 32	76-57-53
	ул. Пушкина, 38	64-41-40
	ул. Татарстан, 3/2	93-22-20
Калининград	ул. Пролетарская, 87а	45-08-38
	ул. Университетская, 1а	53-60-09
	Советский пр., 35/37	21-59-77
Калуга	ул. Никитина, 53	73-14-82
Каменск-Уральский	ул. Алюминиевая, 12	9-29-13
Каменск-Шахтинский	ул. Ворошилова, 143/3	3-17-76
	ул. Ленина, 53	5-25-07
Канск	ул. Гаражная, 20/12	2-46-41
Камышин	ул. Тургенева, 29	4-63-19
Канаш	ул. Зеленая (автовокзал)	3-32-81
	ул. Карла Маркса, 11	2-37-62
Карачев	ул. Ленина, 28	2-48-04
Кашира	ул. Советская, 6	3-15-36
Кемерово	пр. Октябрьский, 53/1	35-34-15
	ул. Красная, 16	23-26-25
	ул. Тухачевского, 33	31-14-89
	ул.Ленина 136	53-74-66
Кингисепп	ул. 2 линия, 6	2-15-71
Кириши	ул. Ленина, 40	3-21-22
Киров	ул. Комсомольская, 37	64-09-22
Кирово-Чепецк	ул. Первомайская, 6а	3-59-54
Кисловодск	ул. Клубная, 22	5-41-81
Клин	ул. Ленина, 8	2-01-33
Ковров	пр. Ленина, 48	3-22-65
Когалым	ул. Молодежная, 4	2-76-37

Козьмодемьянск	ул. Гагарина, 10	
Кола	пр. Защитников Заполярья, 9	2-23-01
Коломна	Парковый пр-д, 5	13-20-23
Комсомольск-на-Амуре	ул. Комсомольская, 26	4-72-83
Конаково	пр. Ленина, 11а	
Кондопога	ул. Парковая, 14	2-35-68
Кореновск	ул. Фрунзе, 99б	3-29-12
Королев (Мос.обл.)	пр. Королева, 5	511-36-09
	ул. Ленина, 2а	513-85-58
Корсаков	ул. Советская, 30/3	2-42-86
Коряжма	ул. Театральная, 4	3-05-48
Кострома	ул. Свердлова, 83	55-24-93
	ул. Советская, 119	32-67-46
	ул. Чайковского, 5	31-43-84
Котлас	ул. Конституции, 16б	4-49-65
	ул. Орджоникидзе, 30	3-49-59
Краснодар	ул. Промышленная, 19а	55-20-84
	ул. Сормовская, 118	32-45-21
	ул. Хакурате, 4	55-98-20
Краснокамск	пер. Банковский, 3, каб. 65	3-45-00
	ул. Геофизиков, 14	7-39-51
Красноярск	пр. Красноярских рабочих, 66	64-54-01
	пр. Мира, 75	27-69-83
	пр. Metallургов, 12	28-57-30
	ул. Дубровинского, 50	26-56-26
	ул. Копылова, 66	43-74-30
	ул. Судостроительная, 93	67-34-71
Красный Октябрь (Владимирск. обл.)	ул. Свердлова, 2	6-15-01
Кропоткин	ул. Базарная, 20	6-14-29
Кувандык	ул. Ломоносова, 9а	2-53-70
Кунгур	ул. Буровиков, 2	3-13-08
Курган	ул. Коли Мяготина, 132	7-30-91
Курганинск	ул. Матросова, 196а	3-15-61
Курск	ул. Радищева, 60/15	51-36-96
	ул. Ленина, 90	51-08-90
Ливны	ул. Мира, 217а	3-43-95
Липецк	ул. Зегеля, 30	43-00-26
	ул. Советская, 68	77-62-19
Луга	ул. Урицкого, 67	2-15-21
Лысьва	ул. Смышляева, 43/1	
Магнитогорск	ул. Комсомольская, 18	22-02-12
	ул. К.Маркса, 123	34-76-31
	ул. Советская, 197	30-27-22
Майкоп	ул. Пионерская, 374а	3-59-73
	ул. Димитрова, 21	6-61-25
	ул. Краснооктябрьская, 11	2-11-07
Мегион	ул. Заречная, 12	3-83-40
Минеральные Воды	пр. XXII партсъезда, 70	97-79-93
Можга	Вешняковский м-н, 2	3-57-33
Моздок	ул. Савельева, 2а	3-39-60
Москва	Справочные телефоны	118-85-29 доб. 244 118-87-65 доб. 244
	ВВЦ павильон "Оптика"	181-99-95
	ул. Бауманская, 66	267-78-51
	ул. Б.Драгомилловская, 1	243-61-68
	ул. Бутырская, 97 к. 1	977-83-13
	ул. Кр. Пресня, 13	252-35-84
	ул. Краснопрудная, 3/5	266-22-08
	Ленинский пр. 3-5	237-38-54
	"Медицина для вас"	241-83-55
	ул. Нар. Ополчения, 29 кв. 1	192-15-11
	Нахимовский пр., 40	125-15-68
	ул. Новопоселковая, 6 кор. 217	967-69-40
	Сокольническая пл., 9	269-71-10
	ул. Щербаковская, 32/7	369-23-19
	"Электронный доктор"	346-19-00

Мурманск	ул. Полярные Зори, 3	56-65-27
	ул. Свердлова, 9	31-99-85
Мценск	1-ый м-н, 2	2-68-81
Мытищи	пр. Новомытищинский, 21/6	581-85-33
	пр. Олимпийский, 20	583-68-01
Нальчик	ул. Чайковского, 15	2-26-77
Наро-Фоминск	ул. Рижская, 7	3-90-81
Находка	Находкинский пр., 62	62-88-96
Невинномысск	ул. Гагарина, 54	3-59-39
Нефтекумск	2-ой м-н, 11	4-10-98
Нефтеюганск	5-ый м-н, 1	2-19-46
	7-ой м-н, ЦГБ	2-80-25
	13-ый м-н, 23	4-61-37
Нижневартовск	пр. Победы, 5	23-38-03
	ул. Индустриальная, 26а	61-28-12
	ул. Омская, 6	23-37-97
	ул. Спортивная, 3а	22-95-54
Нижний Новгород	ул. Белинского, 118	34-88-11
	ул. Большая Печерская, 24	36-95-87
	ул. Пискунова, 18б	96-03-51
	ул. Родионова, 186а	36-43-82
	ул. Пархоменко, 130/39	24-17-09
Нижний Тагил	ул. Конева, 133	
Никольск (Вологод.обл)	ул. Б. Московская, 116/2	3-06-30
Новгород Великий	ул. Б. Санкт-Петербургская, 14	7-74-63
	ул. Ленина, 105	2-36-59
Новоалександровск	ул. 50 лет Октября, 7а	4-47-98
Новодвинск	ул. Ленина, 11	37-36-77
Новокузнецк	ул. Мичурина, 9	42-01-17
Новокуйбышевск	пр. Победы, 26, ТЦ ("Биодар")	
	ул. Островского, 16, "Юбилейный" ("Биодар")	
	ул. Шахтеров, 22	6-54-93
Новомосковск	ул. Комсомольская, 7	6-42-54
Новопавловск	ул. Рубина, 3	25-35-40
Новоросийск	Красный пр., 31	22-47-60
Новосибирск	пр. Маркса, 2	46-04-59
	ул. Ватутина, 13	46-32-48
	ул. Советская, 102а	2-05-00
Новотроицк (Оренб.область)	ул. Винокурова, 23	73-88-65
Новочебоксарск	ул. Просвещения, 108а	2-86-91
Новочеркасск	ул. Харьковская, 72/51	2-39-21
Новошахтинск	ул. Молодежная, 17	3-56-88
Новый Уренгой	ул. 3 Интернационала, 44	4-19-27
Ногинск	ул. Текстилей, 9	5-92-50
Ноябрьск	ул. Виктора Цоя, 9	5-48-46
Нытва	аптека на ул. Чкалова	4-06-45
Нягань	ул. Индустриальная, 51	3-36-33
Обнинск	ул. Курчатова, 13	6-22-73
Октябрьский пос.(Пермск.обл)	ул. Кирова, 24	2-20-35
Омск	ул. Масленникова, 62	31-94-90
	ул. Мира, 60	22-37-16
	ул. Химиков, 36	69-59-17
	ул. Ленина, 89	2-27-25
Онега	ул. Гостинная, 3	5-31-28
Орел	пр. Коммунаров, 24	77-37-49
Оренбург	ул. Б. Хмельницкого, 4	72-34-54
	ул. Минская, 2	52-15-66
Орехово-Зуево	ул. Ленина, 45	12-06-83
	ул. Ленина, 49	15-18-58
Орск	ул. Краматорская, 4а	6-38-14
Оса	ул. Горького, 85	2-22-51
Павловский Посад	ул. Вокзальная, 1а	2-14-95
Пенза	ул. Средняя, 9	63-43-70
Первоуральск	пр. Космонавтов, 22	2-15-84
Переславль-Залесский	ул. Ростовская, 6	2-18-81

Пермь	ул. Большевицкая, 88	34-82-80
	ул. Борчанинова, 13	64-92-56
	ул. Ласьвинская, 11	54-41-20
	ул. Ленина, 48	12-42-49
Петрозаводск	ул. Ленина, 49а	90-18-35
	Аптечная сеть "Ремедиос" "Фармация"	76-51-01 74-14-09
Печора	ул. Социалистическая, 78	5-22-43
Прокопьевск	ул. Гагарина, 26	3-01-17
Прохладный	Больничный пер., 3	5-17-71
Псков	ул. Госпитальная, 3	46-16-92
	ул. Дружбы, 9	44-75-63
Пятигорск	ул. Я.Фабрициуса, 5а	2-87-65
	ул. 295 стрелковой дивизии, 10	9-32-46
Ревда	ул. Цветников, 54а	4-66-76
Ржев	ул. Коммуны, 21	2-36-78
Ростов (Ярославск)	ул. К.Маркса, 6	3-26-26
Ростов-на-Дону	пр. Буденновский, 5	62-31-40
	ул. Волоколамская, 1/99	44-69-53
	пр. Нагибина, 19	34-94-43
Рыбинск	ул. Корякинская, 47	21-74-39
Рязань	ул. Вокзальная, 97	
	пл. Ленина	
	ул. Новоселов, 19	
	ул. Первомайская, 72	
Самара	пр. Ленина, 10	37-31-18
	Аптеки "Вита"	70-54-04
	Аптеки "Имплозия" "Волжская Аптека"	96-00-60 79-21-21
Санкт-Петербург	Справочная служба	147-26-48, 183-36-02
Саракташ	ул. Торговая, 6	2-59-72
Сарапул	ул. Гагарина, 85	3-05-06
Саратов	ул. Астраханская, 113/331	29-05-44
	ул. Большая Горная, 313	64-15-14
Сафоново	ул. Вахрушева, 2	2-01-32
Светлоград	пл. 50 лет Октября, 5	3-24-44
Северодвинск	Морской проспект, 38	3-87-17
	ул. Седова, 4	6-35-22
Северск	пр. Коммунистический, 147	6-06-36
Сегежа	ул. Мира, 4	2-22-16
Сергиев Посад	пр. Красной Армии, 2а	4-42-50
Серпухов	ул. Ворошилова, 145	75-07-59
Славгород (Алтайский край)	3 м-н, 5	2-24-89
	ул. Воробьева, 13	66-58-59
Смоленск	ул. Октябрьской революции, 18	3-49-44
	Тульский пер., 3	66-02-50
Солнечногорск	м-н Рекинцо	4-39-20
Сорочинск	ул. Пушкина, 38а	4-17-71
Сосновоборск (Ленингр.обл)	ул. Энтузиастов, 1г	2-23-07
Сосновый Бор	ул. 50 летия Октября	6-24-67
Сочи	ул. Воровского, 19	92-43-06
Ставрополь	ул. Серова, 8	32-73-08
Старая Русса	ул. Карла Маркса, 22	3-13-06
Старый Оскол	м-н Солнечный, 3	32-51-72
Стрежевой	ул. Ермакова, 127а	3-23-85
Ступино	ул. Андропова, 169	2-70-11
Суворов	ул. Кирова, 8	2-40-47
Сургут	ул. Держинского, 3а	35-10-96
	ул. Ленина, 27	36-09-35
	ул. Ленина, 27а	24-80-74
	ул. Энергетиков, 23	24-25-71
Сызрань	Аптеки "Имплозия"	6-74-08
	"Городской аптечный склад"	2-20-44
Сыктывкар	Регион. Фарм. Компания	43-00-55
	ПТК "Дакор LTD"	21-46-11

Таганрог	ул. Александровская, 71	31-05-77
	ул. Чехова, 108	31-56-15
Тамбов	пер. Смирновский	31-55-90
	ул. К. Маркса, 146	48-05-65
	ул. Советская, 160	53-26-26
Тверь	Тверской пр, 15	48-86-60
	ул. Горького, 184	55-54-59
	ул. Советская, 25	33-46-16
Темрюк	ул. Таманская, 10	5-24-29
Тимашевск	ул. Ворошилова, 10	4-18-65
Тихорецк	ул. Московская, 183	2-19- 97
Тобольск	8-ой м-н, 41а	9-50-91
Тольятти	Аптеки "Витафарм"	39-04-17
	"Новая аптека"	37-77-34
Томск	ул. Герцена, 55	52-10-67
	пер. Нахановича, 12	52-70-42
	пер. 1905 года, 6	51-46-84
	пр. Ленина, 97	51-37-09
	ул. Усова, 64	55-85-06
Тотьма	ул. Садовая, 43а	2-12-42
Туапсе	ул. Кронштадская, 2	2-37-90
Тула	ул.Кирова, 168	40-40-02
	пр. Ленина, 102б	35-33-78
	ул.Пирогова, 8	36-38-61
	ул.Хомяковская, 6	
Тюмень	Справочный телефон	33-23-32
Удомля	ул. Энтузиастов, 11а	4-30-59
Ульяновск	ул. Гончарова, 46	31-35-91
	ул. Московское шоссе, 35	36-29-78
Уссурийск	ул. Чичерина, 76	2-56-60
Усть-Лабинск	ул. Октябрьская, 127	2-26-84
Уфа	Аптечная сеть "Леко"	24-22-10
	ул. Коммунистическая, 23/2	22-11-46
Ухта	Комсомольская пл., 7/10	6-70-35
	ул. Октябрьская, 4	3-54-16
Учалы	ул. Ахметгалина, 23	6-33-51
Хабаровск	ул. Ким-Ю-Чена, 65	32-44-29
	ул. Ленина, 18	23-36-96
Чайковский	ул. К. Маркса, 22	3-16-12
Чебоксары	пр. Ленина, 57	62-05-03
	пр. Мира, 19	56-95-76
	ул. Володарского, 16	62-35-25
	ул. Сверчкова, 15	41-19-37
	ул. Университетская, 20/1	42-66-68
Челябинск	пр. Победы, 350	42-69-25
	ул. Воровского, 55	34-28-06
	ул. Карла Либкнехта, 22	34-68-52
	ул. Свободы, 86	33-77-69
	ул. Командарма Белова, 17	23-84-82
Череповец	пр. Ленина, 57	5-60-46
Черкесск	ул. Мира, 40	4-27-73
Чернушка (Пермск.обл)	ул. Гагарина, 10	5-11-71
Шадринск	ул. Каляева, 86	2-25-84
Шахты	ул. Ленина, 7	5-18-71
Шумерля	ул. Привокзальная, 1	5-31-15
Щекино	ул.Ленина, 26	5-33-65
Электросталь	пр. Ленина, 44/14	4-25-96
Южно-Сахалинск	Коммунистический пр., 74	3-45-44
Якутск	ул. Петра Алексеева, 12	44-20-57
	ул. Ленина, 14	42-45-81
	пр.Ленина, 16/1	24-30-09
	ул. Кона, 32/2	43-26-40
Ярославль	пр. Ленина, 52	21-17-54
	ул. Советская, 21	72-70-93
Ярцево (Смолен.обл)	ул. Горького, 11/1	4-16-61

Вячеслав Алексеевич Федоров
«ВИТАФОН»
ЛЕЧЕНИЕ И ПРОФИЛАКТИКА ЗАБОЛЕВАНИЙ

**Об аппарате «Витафон» и его применении
вы можете более подробно узнать на сайте www.vitafon.ru
или по телефону в Петербурге 8-(812)-183-36-02**

Директор издательства *А. Захаренков*
Ответственный редактор *Е. Шишкова*
Художественный редактор *С. Борин*
Корректоры *Т. Князницкая, И. Ростовцева*
Ответственный за выпуск *Г. Канимова*

ЛР № 01190 от 13 марта 2000 г.
Подписано в печать с готовых диапозитивов 01.08.2002.
Формат 84×108^{1/32}. Усл. печ. л. 13,44.
Доп. тираж 40 000 экз. Заказ № 803.

Издательство «Вита Нова»
198099, Санкт-Петербург, а/я 114.
Тел./факс: (812)147-26-35.
E-mail: vitanova@peterlink.ru

Подарочные иллюстрированные книги от издательства «Вита Нова»
«Мастер и Маргарита» Булгакова с иллюстрациями Геннадия Калиновского
«Процесс» Ф. Кафки с иллюстрациями Андрея Бисти
«Божественная Комедия» Данте со 136 иллюстрациями Гюстава Доре
«Фауст» Гете с иллюстрациями лучших немецких художников XIX века
«Путь комет: Жизнь Марины Цветаевой» Ирмы Кудровой
«Приключения Алисы в Оксфорде» Кристины Бьерк

Об этих и других книгах издательства
вы можете более подробно узнать на сайте www.vitanova.ru

Наши книги можно заказать через Интернет-магазин
«Топ-книга» www.top-kniga.ru

Книги «Витафон» и «Виброакустика в медицине»
высылаются наложенным платежом (оплата только при получении на почте)
Заказы просим направлять по адресу: 199053, Санкт-Петербург,
В.О., 4-я линия, д.13, ООО «ФОЛИКОМ», «Книга-почтой».

Отпечатано с готовых диапозитивов
в ГИПК «Лениздат» (типография им. Володарского)
Министерства Российской Федерации по делам печати,
телерадиовещания и средств массовых коммуникаций.
191023, Санкт-Петербург, Фонтанка, д. 59.

Схема применения аппарата Витафон-ИК при хроническом гепатите

День	Количество процедур в день	Время воздействия на области			
		область «М» Режим-1 (мин)	область «К» Режим-4 (мин)	(оба преобразователя) область «Гправ» Режим-4 (мин)	(оба преобразователя) проекция области «Гправ» на грудь Режим-4 (мин)
1	1	5	10	-	-
2	1	5	10	-	-
3	1	-	-	5	5
4	2	5	10	-	-
5	2	5	10	-	-
6	1	-	-	7	7
7	2	10	15	-	-
8	2	10	15	-	-
9	2	10	15	-	-
10	2	10	15	-	-
11	2	10	15	-	-
12	1	-	-	7	7
13	2	10	15	-	-
14	2	10	15	-	-
15	2	10	15	-	-
16	2	10	15	-	-
17	1	-	-	7	7

Далее повторять процедуры 13-17 дня в течение 6 месяцев.

Динамика содержания интерферона-альфа в сыворотке крови больных ХВГС на фоне витафонотерапии



Пики интерферона в крови наблюдаются после воздействия на область F.



ФЕДОРОВ **Вячеслав Алексеевич**

Родился в 1958 г. в Латвии. В 1981 г. закончил Ленинградский электротехнический институт и параллельно Университет научно-технического творчества. Работал в НИИ «Микроприбор» заместителем главного конструктора по схемотехнике. Автор четырех внедренных изобретений.

Болезнь можно одолеть только в союзе больной – врач, утверждали древние медики. И весьма прискорбно, когда такой союз по каким-либо причинам невозможен.

Эта книга, написанная ученым-физиком, изобретателем виброакустического аппарата «Витафон» в соавторстве с высококвалифицированными врачами, как раз и призвана установить такой союз больной – врач. В этой книге обобщен опыт применения «Витафона» и раскрыты механизмы его уникального лечебного эффекта. Тысячи людей, задающие в своих письмах вопросы о возможностях использования «Витафона», смогут найти на них искренние и, надеемся, исчерпывающие ответы его создателя.



ISBN 5-93898-001-1



9 785938 980013