

ИНФОРМАЦИЯ О ФОНИРОВАНИИ (ВИБРОАКУСТИЧЕСКОЙ ТЕРАПИИ)

Общее описание метода

Фонирование (виброакустическая терапия) - процесс передачи звуковой [микровибрации](#) (диапазона частот (20-10 000 Гц) в тело с целью компенсации общего или местного дефицита биологической микровибрации в организме человека или животного. Под биологической микровибрацией понимается - биофизический ресурс, который организм получает за счет непрерывного и попеременного сокращения мышечных клеток, а также за счет возбуждения голосовых связок в процессе пения или говорения. Особую роль микровибрации скелетных мышц при физическом напряжении описал еще проф. Аринчин Н. И. в 80-е годы (Аринчин Н.И., Борисевич Г.Ф. : [Микронасосная деятельность скелетных мышц при их растяжении](#) / Минск: Наука и техника, 1986; с. 78; Аринчин Н.И. [Периферические «сердца» человека](#) / Минск: Наука и техника, 1988; с. 65–9). Позже было также установлено, что организм создает микровибрации также в покое и во сне, но в значительно меньшей степени.

Микровибрация обеспечивает перемещение веществ и клеток по тканям и капиллярам, и непосредственно влияет на все иммунные, регенеративные и обменные процессы:

- обеспечивает доставку питания к клеткам, к которым не подходят капилляры и иные кровеносные сосуды;
- обеспечивает венозный и лимфатический отток, тем самым способствуя очистке тканей;
- влияет на выход родоначальных стволовых клеток из костного мозга в циркуляцию (патент РФ № 2166924)
- влияет на местные иммунологические реакции, способствуя обнаружению погибших и поврежденных клеток и обеспечивая их выведение из тканей;
- обеспечивает пространственную перестройку клеточного массива в регенеративных процессах.

Фонирование насыщает тело энергией микровибрации, также как это происходит во время специальных физических упражнений (за счет напряжения скелетных мышц), дыхательной гимнастики, электротерапии. Однако в отличие от описанных методов при фонировании не расходуется энергия мышечных клеток, не образуются продукты мышечной активности, не возникает риск повышенной гибели нервных и мышечных клеток. Фонирование помогает насытить тело микровибрацией в случаях, когда нет возможности обеспечить высокую двигательную активность.

Исследования о применении метода при гипертонии

Эффективность фонирования для лечения гипертонии доказана многолетней практикой, а также результатами [исследований](#):

- в 1998 году – в Военно-Медицинской академии им. С.М. Кирова, Санкт-Петербург ([«Отчет о результатах апробации аппарата "Витафон" у больных гипертонической болезнью.»](#))
- в 1999 году – на базе Владимирской областной клинической больницы ([«Влияние виброакустической терапии на показатели гемодинамики у больных гипертонической болезнью»](#) и [«Опыт применения виброакустической терапии в комплексной терапии гипертонической болезни»](#));
- в 2003 году – в Военно-Медицинской академии им. С.М. Кирова, Санкт-Петербург ([«Отчет. Исследование лечебных эффектов виброакустической терапии у больных артериальной гипертензией.»](#));
- в 2003 году – на базе Государственной медицинской академии им. И.И. Мечникова, Санкт-Петербург ([«Отчет о применении аппарата «Витафон» при лечении гипертонической болезни.»](#))
- в 2006 году – Белград, Сербия ([Клинический опыт использования микровибрационной стимуляции](#). Слободан Зеленович, к.м.н., нейрофизиолог, специалист по психосоматике)
- в 2009 году – в пансионате для ветеранов труда №29 Департамента социальной защиты населения г. Москва, клинической больницы Москвы №83, клиники ФГУ ФБМЦ им. Бурназяна

ФМБА России («*Применение фото-вибро-акустических воздействий в комплексной терапии гипертонической болезни у больных пожилого возраста.*» Диссертация кандидата медицинских наук Свиженко А. А., Москва, 2009 г).

Исследования проводились с помощью медицинских физиотерапевтических аппаратов Витафон. По их результатам было установлено, что метод фонирования:

1. **Доказанная высокая эффективность**, которая в ряде случаев составляет - **93,5%**.
2. **Приводит к понижению и стабилизации давления** при гипертонии I и II степени **без побочных эффектов**. При этом фонирование приводит к стабилизации давления **в более короткие сроки** по сравнению с контрольной группой, которая получает только лекарства.
3. **Позволяет снизить дозу принимаемых лекарств на 30-50%**.
4. Повышает уровень работоспособности, улучшает самочувствие.
5. Нормализует сердечный ритм и снижает частоту максимальных подъемов давления.
6. Снижает уровень холестерина в крови.

Ниже приведена публикация некоторых материалов исследований в журнале «Врач» №7 за 2014 года в статье «[Микровибрационная энергетика и качество жизни](#)».

Методика фонирования при гипертонии

Фонирование проводится путем установки виброфонов (излучателей звука с мембраной) на указанную в методиках область и удержания в течение указанного времени. [Методики](#) различаются [по областям воздействия](#) в зависимости от показателей артериального давления. Однако любая методика при гипертонии включает в себя область почек, поскольку именно почки нуждаются в определенных параметрах систолического давления для фильтрации крови.

Для правильного выбора методики необходимо установить:

1. Если верхнее (систолическое) артериальное давление без приема лекарств, понижающих давление, утром обычно меньше, чем вечером.
 - Если **вечером повышается только систолическое артериальное давление**, фонирование проводят по [схеме 6](#) и фонироваться только область почек;
 - Если **вечером повышается систолическое и диастолическое артериальное давление**, фонирование проводят по [схеме 7](#) и фонироваться области почек, печени, грудного отдела (как со стороны груди, так и со стороны спины).
2. Если систолическое артериальное давление без приема лекарств, понижающих давление, **утром на 10 и более единиц больше, чем вечером** (гипертензия, вызванная сосудистой недостаточностью), то применяется [схема 8](#) и фонироваться: область почек, печени, левый и правый глаз, грудной и шейный отдел позвоночника. Методика разработана, исходя из того, что при таких показаниях давления чаще всего наблюдается недостаточность кровоснабжения головного и спинного мозга. Фонирование можно проводить без гипотензивных лекарств, если они неэффективны.

Для пользователей все области воздействия обозначены на [рисунках](#) (через буквенные обозначения).

Сочетание с лекарственной терапией

Лечение гипертонии 1 степени (уровень АД в пределах 140/90 - 159/99 мм. рт. ст.) проводят **без медикаментозной терапии**.

Лечение гипертонии 2 и 3 степени (уровень АД более 160/100 мм. рт. ст.) проводят с применением гипотензивных препаратов **с постепенным уменьшением дозы**. Первые 2 недели фонирование проводят с применением полной суточной дозы гипотензивных препаратов. Далее – при гипертонии 2 степени дозу лекарств уменьшают на 1/2 текущей суточной дозы каждые 2-3 недели, а при гипертонии 3 степени на 1/4 текущей суточной дозы каждые 2-3 недели. Под суточной дозой понимается доза лекарственного препарата, рекомендованного врачом для постоянного приема. Полный отказ от гипотензивных препаратов возможен, если верхнее АД при продолжающихся процедурах фонирования не превышает 160 мм. рт. ст.

Продолжительность и частота процедур

За одну процедуру фонировать сразу все указанные в методиках области. Воздействие на почки начинают с минимальной дозы в 5-10 минут и постепенно ежедневно увеличивают до 40 минут. Воздействие на другие области начинают с минимальных доз в 1-5 мин и доводят до 5-15 мин. Пример набора дозы приведен в приложении. Процедуры проводят **2-3 раза в сутки**. Эффективность метода пропорциональна количеству выполненных процедур.

Продолжительность курса.

Фонирование продолжают до достижения оптимального уровня артериального давления. Далее переходят к поддерживающим процедурам фонирования: количество процедур можно сократить до 1-2 раз в сутки, но при увеличении физических нагрузок, переохлаждении, длительном стрессе проводят на одну процедуру больше (2-3 раза в сутки). При необходимости повторные курсы проводят 2-3 раза в год.

Аппараты для фонирования

[Аппараты для фонирования](#) выпускает российская фирма «Витафон». Существует несколько моделей, в том числе [с инфракрасным излучателем и виброакустическим матрасом](#). Все аппараты [зарегистрированы в Росздравнадзоре](#). Аппараты воспроизводят только безопасные и естественные для организма человека микровибрации, аналогичные биологическим:

- ✓ амплитуда микровибрации сравнима с размерами клеток (0,0001-0,05 мм), а соответственно исключена гибель клеток;
- ✓ мощность воздействия не превышает мощность микровибрации тканей при максимальном мышечном напряжении,
- ✓ частота микровибрации находится в пределах речевого диапазона, то есть аналогична тем микровибрациям, которые возникают при возбуждении голосовых связок в процессе пения или говорения.

Аппараты для фонирования не относятся к вибро-массажерам.

Противопоказания

Фонирование не рекомендуется проводить в период острого развития инфекционного заболевания и при высокой (выше 38,5°C) температуре.

В настоящее время остаются не исследованными и потому относятся к противопоказаниям следующие **области**:

- 1) злокачественных новообразований,
- 2) выраженного атеросклероза,
- 3) расположения плода при беременности,
- 4) тромба при тромбофлебите,
- 5) имплантированного кардиостимулятора,
- 6) желчного пузыря при наличии в нем камней;
- 7) камни в почках более 4 мм (при отсутствии доступной скорой медицинской помощи в случае отхождения).

Фонирование противопоказано на расстоянии **ближе 10 см от соответствующих областей**, но не исключает возможность проведения фонирования в других областях. При наличии камней в желчном пузыре область желчного пузыря (правая (нижняя) область М) заменяют на область печени или воротную вену.

Кисты в почках не являются противопоказанием. Камни в почках менее 4 мм не являются противопоказанием. Фонирование оказывает благоприятное влияние на самостоятельное отхождение камней малого размера (до 4 мм).

Подробнее [об аппаратах](#), [методиках](#), [исследованиях](#), [отзывах врачей](#) и [эффективности лечения гипертонии](#) при помощи медицинских аппаратов серии «Витафон» можно ознакомиться на сайте immunitet.org (Иммунитет.org).

Схема фонирувания №6 для лечения гипертонии при помощи медицинского аппарата [Витафон-5](#)

День	Режим	Цвет пары виброфонов, области и время фонирувания в минутах
		Зеленая
		область К
1-2	1	5
3-4	2	7
5-6	2	9
7-8	3	11
9-11	3	14
12-14	4	17
15-17	4	20
18-22	5	25
23-27	5	30
28-32	5	35
далее	5	20-30 для гипертонии 1 степени 30-40 для гипертонии 2-3 степени

Схема фонирувания №7 для лечения гипертонии при помощи медицинского аппарата [Витафон-5](#)

День	Режим	Цвет пары виброфонов, области и время фонирувания в минутах				
		Зеленая	Белая			
		область К	область М	Область М5	Область С	Область Е50
1-2	1	10	3	3	3	1
3-4	2	12	4	3	3	2
5-6	2	14	4	4	3	3
7-8	3	16	4	4	4	4
9-10	3	18	5	4	4	5
11-12	4	20	6	4	4	6
13-14	4	22	6	5	4	7
15-17	4	25	7	5	5	8
18-22	5	30	8	6	7	9
23-27	5	35	9	8	9	9
далее	5	40	10	10	10	10

Схема фонирования №8 для лечения гипертонии при помощи медицинского аппарата [Витафон-5](#)

Неделя	Режим	Цвет пары виброфонов, области и время фонирования в минутах					
		Зеленая	Белая				
		область К	область М	Левый глаз	Область D1	Правый глаз	Область E50
1 неделя	1	3	3	1	1	1	1
2 неделя	2	4	4	2	2	2	2
3 неделя	3	5	5	3	3	3	3
4 неделя	4	6	6	4	4	4	4
5 неделя	5	7	7	5	5	5	5
6 неделя	5	8	8	5	5	5	5
7 неделя	5	9	9	5	5	5	5
8 неделя	5	10	10	5	5	5	5
9 неделя	5	11	11	5	5	5	5
10 неделя	5	12	12	5	5	5	5
11 неделя	5	13	13	5	5	5	5
12 неделя	5	14	14	5	5	5	5
далее	5	15	15	5	5	5	5

Рис. 1. Области воздействия С, G, M, M5, M9

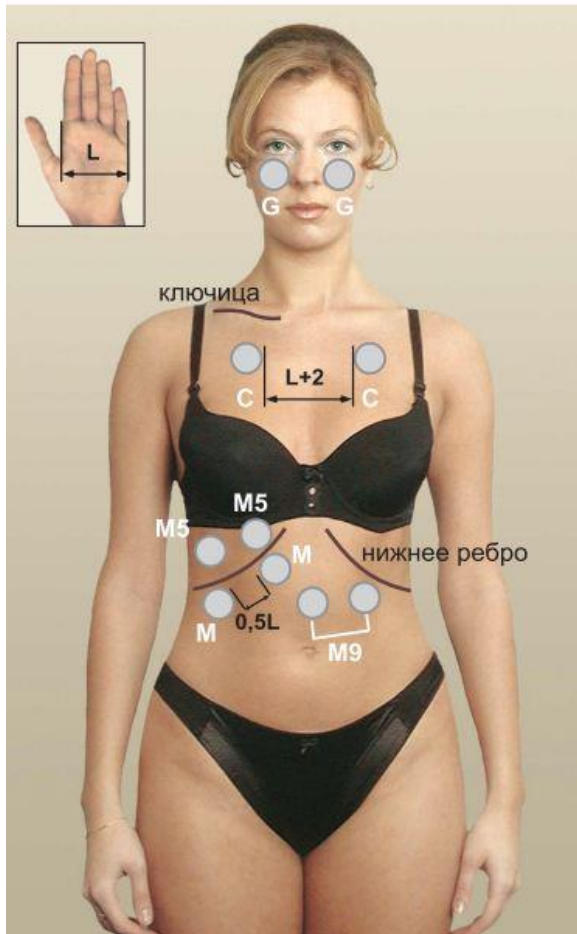
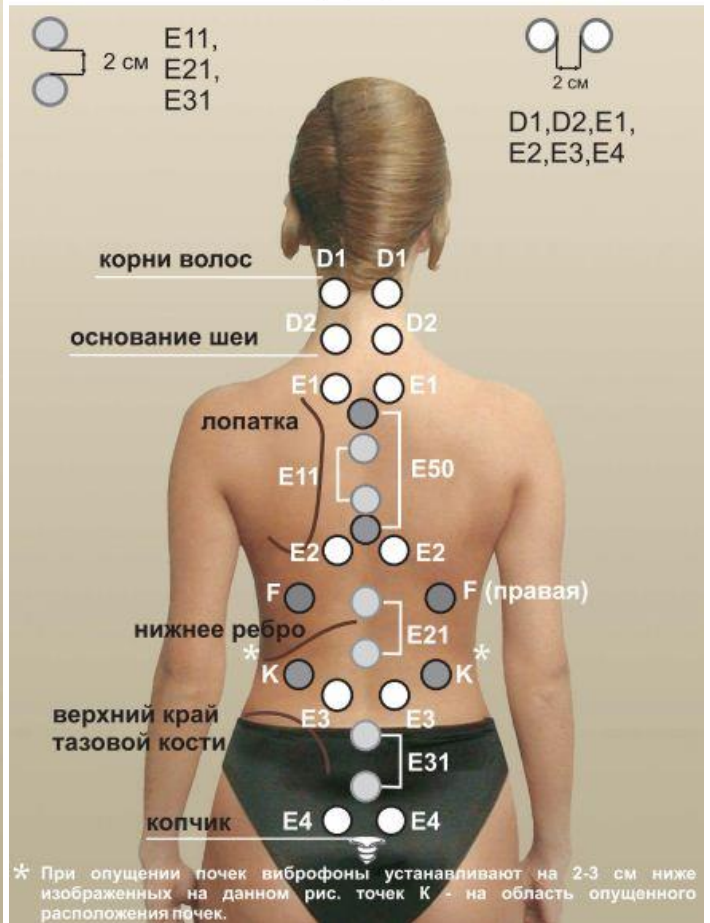


Рис. 4. Области воздействия: D1, D2, E1-E4, E11, E21, E31, K, F, E50



* При опущении почек виброфоны устанавливают на 2-3 см ниже изображенных на данном рис. точек K - на область опущенного расположения почек.

Рис. 6. Установка виброфонов в области глаза

