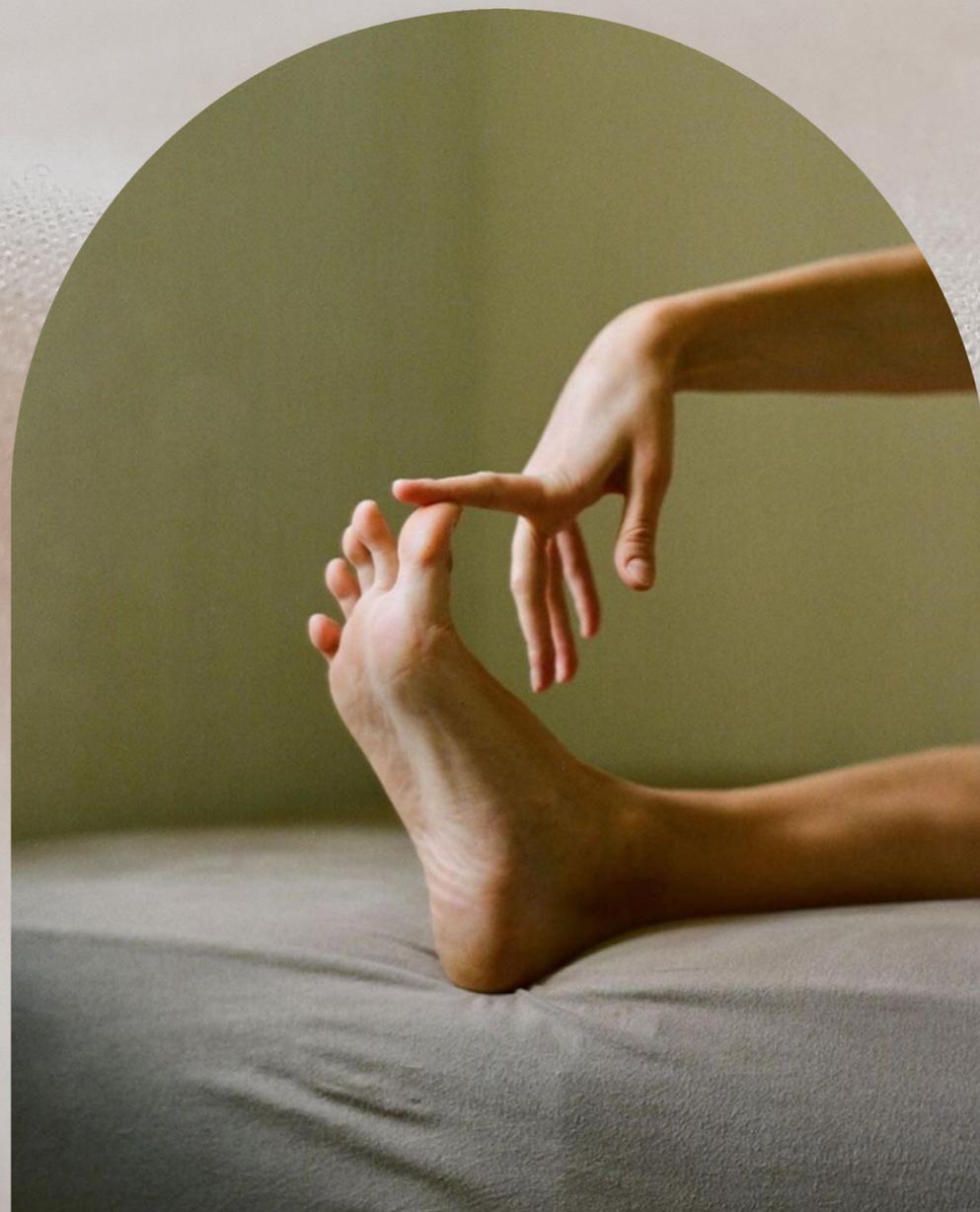


Сужок therapy



Підготувала Скрипач Яна з групи 6.0533-з-с2

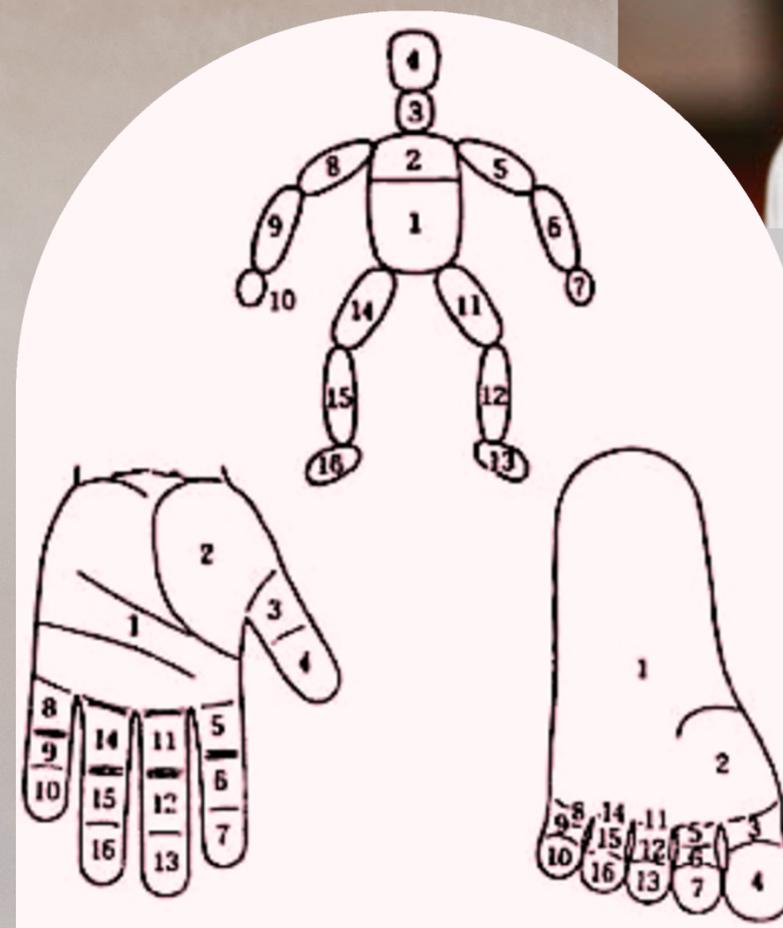


Системи відповідностей кистей
та стоп.

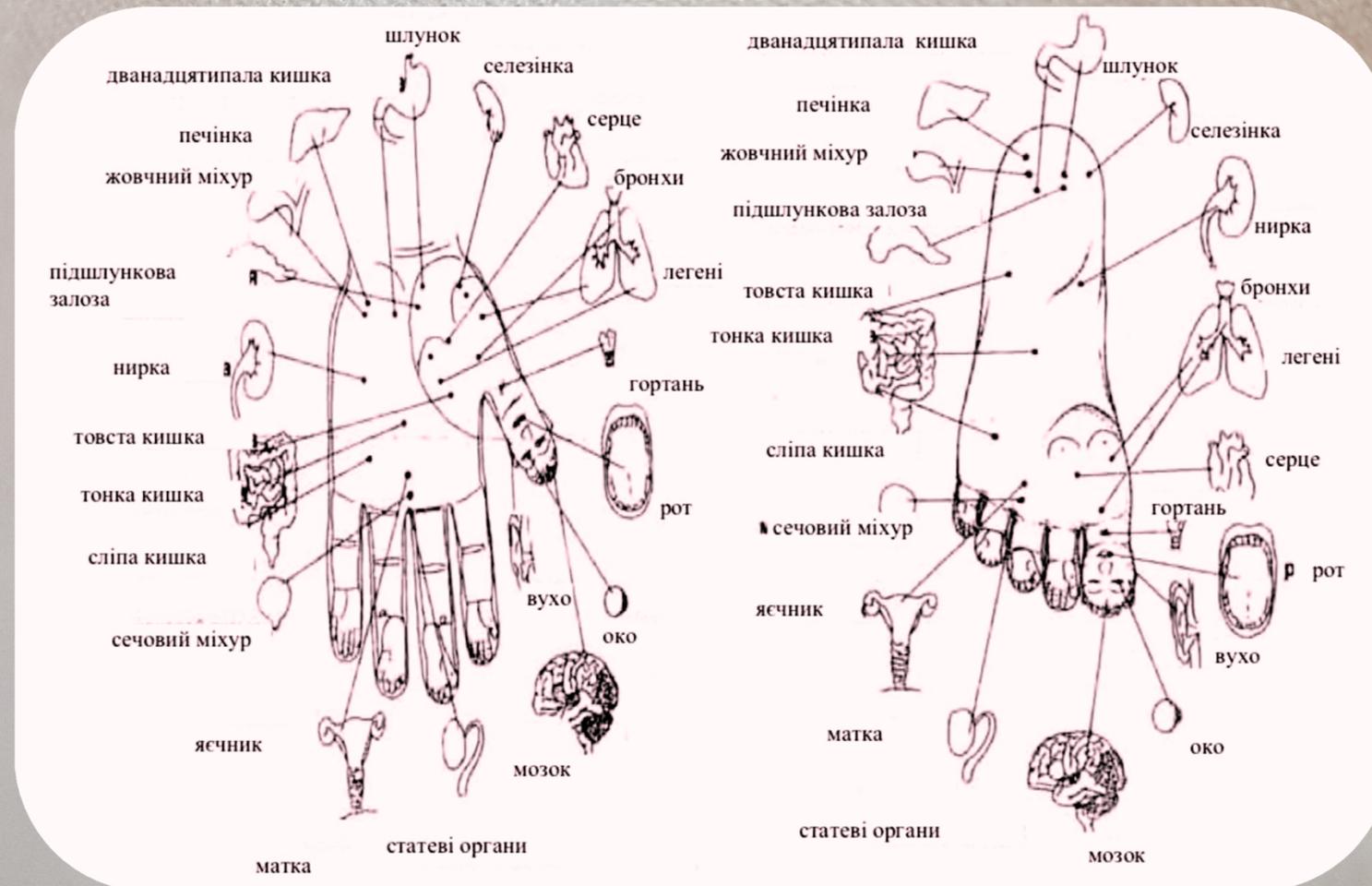
Як метод лікування суджок терапію розробив учений із Кореї, професор Пак Чже Ву, людина, яка зробила великий внесок у голколікування.

Суджок – це новий напрям у східній медицині, яка існувала віками. Виявляється, впливаючи певним чином на кисті рук (су) і стопи ніг (джок), можнавилікуватися від гострих захворювань без ліків і хірургічних втручань

Основними називаються системи відповідності, в яких усе тіло проектується на кисть і стопу. При цьому великий палець відповідає голові, долоня та підошва – тулубу, третій і четвертий пальці – ногам, а другий і п'ятий – рукам. Одночасна стимуляція кистей і стоп найефективніше впливає, оскільки лікування відбувається гармонійно.



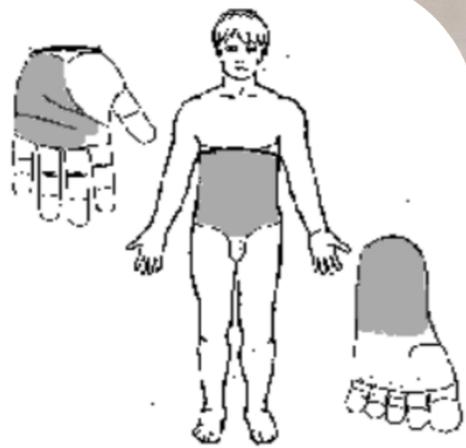
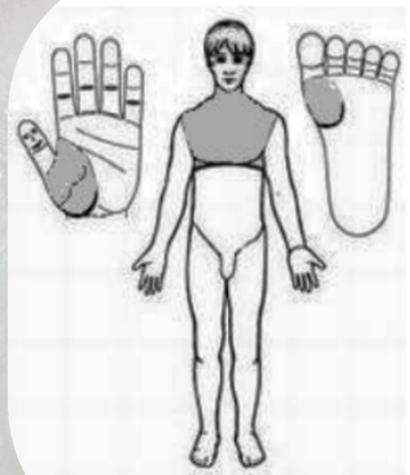
Людське тіло й системи відповідності постійно взаємодіють. При захворюванні «сигнал» спрямовується з пошкодженого органу або частином тіла в точку відповідності і збуджує її, внаслідок чого точка стає болючою. Стимуляція такої точки лікувально впливає на пошкоджений орган.



При ходьбі, бігу, роботі руками відбувається природна стимуляція точок відповідності, яка запобігає появі захворювання. Якщо такої стимуляції недостатньо – людина може захворіти. Тому кращі ліки від хвороби – рух.

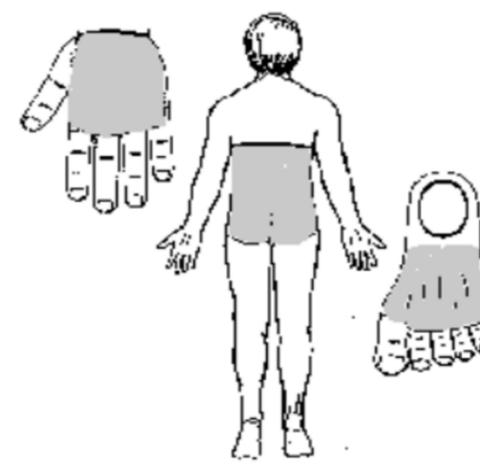
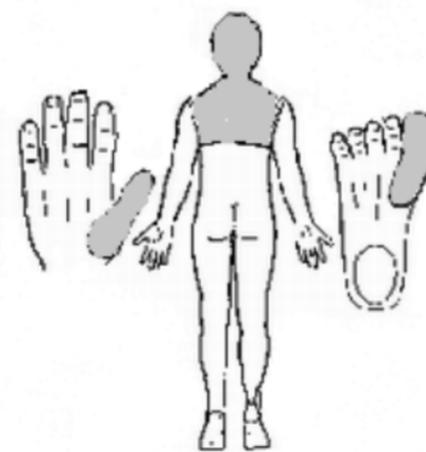


Інь та янь поверхні тіла.



Інь поверхня тіла – це внутрішня поверхня рук і ніг, обличчя, грудна клітка, живіт. Вона проектується на долоню та підошву

Янь поверхня тіла відкрита сонячному світлу. Це тильні поверхні рук, ніг, а також сідниці, спина, задня частина голови. Вона знаходиться на тильній стороні кистей і стоп, впливаючи на які можна успішно лікувати захворювання хребта, головні болі, болі в плечах і захворювання нирок.





Пошук лікувальних точок та
способи їх стимуляції.



Основні етапи пошуку лікувальної точки.

1. Вибрати частину кисті чи стопи, яка відповідає тій зоні, в якій знаходиться вогнище захворювання.
2. Оцінити локалізацію захворювання з точки зору інь чи янь поверхонь тіла й вибрати відповідну зону кисті чи стопи.
3. Якщо вогнище захворювання знаходиться в ділянці тулуба, то необхідно визначити його локалізацію щодо лінії діафрагми.
4. Якщо захворювання охоплює кінцівки, то необхідно визначити, між якими суглобами знаходиться його вогнище.



Масаж паличкою.

Лікувальну точку сильно натискають паличкою або пальцем до зникнення болю, виконуючи обертальні рухи. Масаж проводять до появи тепла. При гострих станах може бути достатньо одного сеансу, при хронічних — масажують щодня кожні 3–4 години по 3–5 хвилин до поліпшення.



Використання насіння.

Після масажу до точок прикріплюють насіння (гречки, рису, пшениці тощо) пластиром на добу. Кожні 3–4 години насіння масажують. Ознаки дії — тепло, поколювання, біль.

Насіння має бути свіжим і необроблене мінеральними добривами. Хронічні хвороби краще лікуються «сплячим» насінням, гострі — пророслим. Метод ефективний при хронічних захворюваннях і для дітей.

Колір, смак і форма насіння впливають на різні органи (печінка, серце, імунітет, ШКТ, легені). Для лікування внутрішніх органів обирають насіння, подібне за формою до органа.



Еластичне кілечко.

Кілечко надягають на пальці та масажують до почервоніння й відчуття тепла. Процедуру повторюють кілька разів на день.



Профілактичний ручний масаж кистей і стоп.

Пальцями досліджують кисті й стопи, знаходять болючі або ущільнені ділянки та масажують їх до зникнення болю й появи тепла. Особливу увагу приділяють зонам, що відповідають хворому органу.



Плюси суджок терапії:

- висока ефективність. При правильному використанні виражений лікувальний ефект настає через декілька хвилин, деколи навіть секунд;
- абсолютна безпечність використання. Ця лікувальна система створена природою, людина лише виявила її, тому вона абсолютно безпечна. Стимуляція точок відповідності сприяє лікуванню, а неправильне використання суджок терапії не завдає шкоди, а лише є неефективним;
- універсальність. За допомогою суджок можна лікувати будь-яку частину тіла чи орган;
- доступність для будь-якої людини. Метод потрібно раз зрозуміти, а потім ним можна користуватися все життя;
- простота застосування. Руки і знання завжди з людиною, а відповідний інструмент для проведення лікування без труднощів можна знайти.

ДІТЯМ ЗА УВАГУ!



Основи нетрадиційних методів оздоровлення : Навч. посіб. / О. М. Стасюк, Б. М. Кіндзер. – Л. : ЛДУФК, 2011. – с.