

## ИЗ ИСТОРИИ

❖ Мануальная терапия под разными именами была известна еще древним народам Средиземноморья, Индии, Центральной и Восточной Европы. Мануалистом был Гиппократ. Он, первым поклявшийся не лечить неизвестных болезней неведомыми методами, утверждал, что причины многих недугов связаны с позвоночником.

❖ Костоправы ценились на Руси, секреты мастерства передавались от отца к сыну. Такая «штатная единица» была не только в банях, но даже в российской императорской армии.

❖ В 1882 году англичанин Андре Стилл основал у себя на родине первую медицинскую школу остеопатов. Они придерживались теории «длинных рычагов»: один рычаг – конечность больного, другой – его туловище. Активно интересовались достижениями медицины и включали в комплекс лечения гимнастику, массаж, физиотерапию. Спустя десятилетие в Америке открылась школа хиропрактиков под руководством Луиса Пальмера. Ее последователи считали, что воздействовать надо на позвонки – так называемые «короткие рычаги», не на сам позвоночник, а на его отростки. В середине XX века английские и французские врачи, применявшие на практике приемы остеопатов и хиропрактиков, создали Общество врачебной мануальной терапии, а теория получила научное признание.

❖ Сегодня мануальная терапия (от латинского «manus» – «рука») – признанный во всем мире метод лечения заболеваний опорно-двигательного аппарата, широко используется и в нашей стране.



# Мифы о мануальной терапии

### МИФ ПЕРВЫЙ: мануальная терапия лечит только болезни позвоночника

Основные показания для визита к врачу-мануалисту – нарушение осанки, радикулит, сколиоз, артроз, остеохондроз. Однако позвоноч-

ник может воздействовать и на работу других органов. Науке давно известно, что существует тесная рефлекторная связь между внутренними органами человека и позвоночником. Сердцу соответствуют 2-й, 3-й, 4-й, желудку – 7-й и 8-й грудные позвонки.

Мануалисты условно разбивают позвоночник на двигательные элементы, именуемые ПДС – позвоночно-двигательные сегменты. Каждый такой элемент – это 2 соседних позвонка и межпозвоночный диск. Поскольку спинной мозг, влияющий на работу всех органов и систем человека, залегает внутри позвоночника, при малейшем смещении позвонка сигнал, идущий к какому-либо органу,

искажается. Это и может стать поводом для возникновения того или иного недуга.

У людей, страдающих ишемической болезнью сердца, позвонки, как правило, заблокированы, смещены, и ощущение дискомфорта возникает иногда даже при нормальном кровообращении и ритмичной работе сердца. Человек с сутулой спиной имеет больше шансов заболеть воспалением легких. Дело в том, что из-за искривления позвоночника нарушаются движения грудной клетки и дыхание, как следствие появляется предрасположенность к пневмонии. И в том, и в другом случае поможет мануальная терапия, но мягкая, щадящая.

Задача врача – поставив смещенный позвонк на место, восстановить нарушенные функции и не дать болезни развиваться.

Мануалисты давно заметили, что, воздействуя на позвоночник, они «нечаянно»

избавляют пациента не только от основного заболевания, но и от одного из сопутствующих. Случается и такое, когда больная после манипуляции на шейных позвонках обнаруживает, что у него исчезли приступы головной боли или близорукость и очки уже больше не нужны.

**МИФ ВТОРОЙ:  
мануальная терапия –  
один из видов массажа**

Наиболее распространено заблуждение. С помощью массажа специалист воздействует прежде всего на мягкие ткани – кожу, мышцы, а мануалист на твердые – кости, суставы.

Существует множество приемов “работы” с позвоночником – растягивание, встряхивания, скручивания, нажимы, различные “хитрые” сгибания. От хиропрактиков досталась в наследство и “грубая техника”: надавливания, удары. Опытный профессионал их использует крайне редко, а в неумелых руках они могут привести даже к травме.

Мануальная терапия – одна из тех медицинских дисциплин, где эффект лечения в первую очередь зависит от профессионализма врача.

**МИФ ТРЕТИЙ:  
мануальная терапия –  
болезненный  
метод лечения**

Болезненность, как правило, возникает, когда врач из всех приемов предпочитает грубые воздействия либо еще в совершенстве не овладел необходимой техникой. Опытный специалист всегда рассчитывает ту самую необходимую дозу, которая лишает, по словам Парацельса, всякую панацею ее ядовитости.

Иногда пациентов настораживают состояние эйфории и легкое головокружение после мануальных процедур. Однако в этом нет ничего страшного – такие же ощущения могут возникать и после сеансов физиотерапии.

**МИФ ЧЕТВЕРТЫЙ:  
мануальная терапия –  
неэффективный метод  
лечения**

Действительно, если пройти только один курс, облегчение наступит ненадолго. Хороший врач-мануалист, посоветовавшись с терапевтом,

назначит пациенту комплексное лечение: специальную гимнастику, физиопроцедуры, массаж, лекарства. Иногда необходимо через какое-то время повторить курс мануальной терапии. Только строго выполняя все рекомендации, можно добиться победы над болезнью.

**МИФ ПЯТЫЙ:  
мануальная терапия –  
длительный  
метод лечения**

Это заблуждение. Для большинства недугов, которые врачует мануальная терапия, достаточно 5–6 сеансов, иначе связки позвоноч-

ника перерастянутся и возникнет опасность его разбалансировки. Пациента, обращающегося к мануалисту за помощью, должно насторожить, если врач предлагает провести сразу этак 15–20 сеансов. Очевидно, такого “специалиста” волнует не столько лечебный, сколько материальный эффект!

Квалифицированный мануалист способен уже на первом сеансе не только снять приступ

боли, но и остановить развитие недуга. И чем раньше начато лечение, тем лучше его результат. В течение года можно проводить не более 15 сеансов: после первого курса (5–6 сеансов) должно пройти 2–2,5 месяца, после второго (также 5–6 сеансов) – 4–6 месяцев. Но это общие рекомендации – каждому пациенту в зависимости от его состояния врач подберет строго индивидуальный курс лечения.

**В Древнем Китае человеку, мечтающему лечить людей с помощью рук, устраивали своеобразный экзамен: он должен был на ощупь собрать из черепков в кожаном мешке разбитую вазу.**

**МИФ ШЕСТОЙ:  
мануалист может  
не иметь высшего  
медицинского  
образования**

Неверно. Он обязательно должен иметь высшее медицинское образование и сертификат по ману-

альной терапии, а отнюдь не диплом сомнительных курсов с записью “массажист со знанием основ мануальной терапии”. Совершенно очевидно, что знать основы чего-либо не означает блестяще владеть ими на практике, в данном случае – уметь ставить на место смещенный позвонок или снимать боль при радикулите.

Хотите получить квалифицированную помощь? Обратитесь в солидное медицинское учреждение. В нашей стране есть Российский центр мануальной медицины, а также институтские кафедры соответствующего профиля, в числе которых – кафедра рефлексотерапии академика РАМН В. С. Гойденко в Российской академии последипломного образования (при больнице имени С. П. Боткина), кафедра неврологии Российского медицинского университета профессора А. И. Федина (больница № 15) и многие другие.

Обращаясь в частные фирмы, прежде всего надо поинтересоваться, если ли у них гослицензия.

**МИФ СЕДЬМОЙ:  
официальная  
медицина негативно  
относится к  
мануальной терапии**

Не так давно этот метод лечения обрел официальный статус в Российской Федерации.

10 декабря 1997 года был издан приказ Минздрава РФ “О введении специальности “мануальный терапевт” в номенклатуру врачебных и провизорских специальностей”. Теперь разработана следующая схема: участковый врач, если для этого есть показания, может направить пациента к мануалисту, как раньше к физиотерапевту. Сегодня такое лечение включено в ряд медицинских услуг, производимых по страховому полису. В некоторых поликлиниках даже появились кабинеты мануальной терапии. А в ноябре 1999 года планируется провести I съезд мануалистов России.

**Георгий ИВАНОВ, врач-мануалист  
Подготовила Наталия ГУДКОВА**