

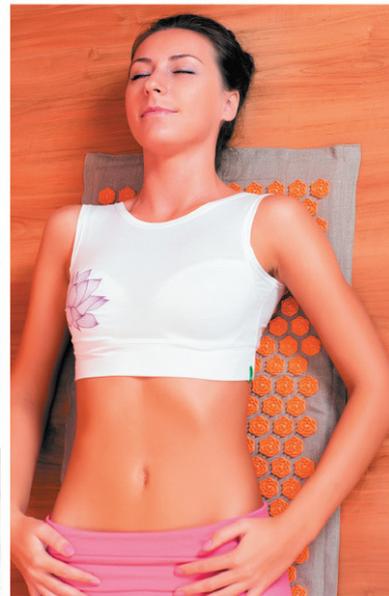


И ПЛИКАТОР КУЗНЕЦОВА и ПРАНАМАТ

**ВЕРНИТЕ ЗДОРОВЬЕ
СВОЕЙ СПИНЕ И ШЕЕ!**

ЛАОМИНЬ

ДМИТРИЙ КОВАЛЬ



ПРАЙМ

健康



ВОСТОЧНАЯ
МЕДИЦИНА
НА КАЖДЫЙ
ДЕНЬ

Восточная медицина на каждый день

Дмитрий Коваль

**Ипликатор Кузнецова
и Пранамат. Верните
здоровье своей спине и шее!**

«Издательство АСТ»

2019

УДК 615.821.2
ББК 53.584

Коваль Д.

Ипликатор Кузнецова и Пранамат. Верните здоровье своей спине и шее! / Д. Коваль — «Издательство АСТ», 2019 — (Восточная медицина на каждый день)

ISBN 978-5-17-115117-1

Вот уже долгие годы не смолкают споры вокруг удивительного изобретения Кузнецова – ипликатора. А само изобретение тем временем приобретает все больше поклонников по всему миру, прибор совершенствуется, появляются современные аналоги. И сейчас ипликатор продолжают активно использовать не только дома, но и в медицинских учреждениях, несмотря на то что появляются новые методы лечения, новые лекарства. В чем секрет такого долголетия этого игольчатого коврика? В простоте, дешевизне и высокой эффективности. В этой книге вы найдете советы по наиболее эффективному использованию ипликатора Кузнецова и его современного аналога Пранамата, основанные на многовековом опыте медицины Востока.

УДК 615.821.2
ББК 53.584

ISBN 978-5-17-115117-1

© Коваль Д., 2019
© Издательство АСТ, 2019

Содержание

От автора	6
Чудо-прибор из прошлого	7
О чем эта книга	8
Ипликатор Кузнецова и Пранамат. Что это такое?	9
История создания ипликатора Кузнецова	10
Пранамат	11
Как работает ипликатор	12
Ткани-прародители	12
Сигнал о болезни	12
Показания для применения ипликаторов	12
Противопоказания	13
Описание ипликатора Кузнецова	14
Какой ипликатор лучше купить	14
Как ухаживать за ипликатором	15
Конец ознакомительного фрагмента.	16

Лао Минь, Дмитрий Коваль
Ипликатор Кузнецова и Пранамат.
Верните здоровье своей спине и шее!

© Лао Минь, 2019

© Коваль Д., 2019

© ООО «Издательство АСТ», 2019

* * *

От автора

Много лет назад, уже сам будучи врачом, я стал пациентом. Медики обычно не любят лечиться. Но с болями в позвоночнике шутить не стоит.

И вот я, обычный терапевт районной поликлиники, пошел к коллегам. Невропатолог из-за болевого синдрома в спине делал мне блокады, массажист разминал мышцы и признался, что «до конца справиться не удалось, через несколько месяцев надо провести еще сеанс». Ортопед рекомендовал ЛФК, и упражнения приносили облегчение на некоторое время. А потом боль возвращалась, и на то были тысячи причин: образ жизни, возраст, травмы, остеохондроз, не привыкшие работать мышцы, которые не могут сформировать хороший «корсет» для поддержки позвоночника, отсутствие времени на системные занятия собой.

Так продолжалось до тех пор, пока я не попал на прием к рефлексологу. После первого же сеанса мое состояние заметно улучшилось. Я был так поражен, что сам заинтересовался восточными методами лечения путем воздействия на активные точки, а потом не на шутку увлекся ими. Чем больше я узнавал об исцеляющих точках, тем больше инструментов лечения оказывалось в моих руках. Не буду скрывать, что разбираться в книгах было непросто. Я не нашел текста, где на нескольких страницах было бы собрано все о лечении позвоночника или, скажем, щитовидки. У восточных целителей непривычный подход к описанию болезней и неожиданное для нас обозначение причин.

Именно тогда я познакомился с человеком, которого я с полным правом могу назвать своим Учителем – именно так, с большой буквы. Лао Минь – потомственный китайский целитель: восточную медицину изучали и практиковали все мужчины в его роду с незапамятных времен. Волею судеб оказавшись в России, Лао Минь разработал свою уникальную методику обучения приемам китайской и корейской медицины сначала российских врачей, а потом – и всех желающих восстановить свое здоровье и сохранить его на долгие годы. С его помощью мной и были созданы несколько книг, посвященных различным восточным техникам оздоровления и предназначенных для самой широкой читательской аудитории.

И эта книга – не исключение. Посвященная удивительному прибору, возвращающему здоровье, – ипликатору, изобретенному в 20-м веке, – в своей основе она опирается на древние знания целителей Востока. Все главы, посвященные воздействию на биологически активные точки человеческого тела, написаны совместно с Лао Минем и под его чутким руководством.

Дмитрий Коваль

Чудо-прибор из прошлого

Вот уже долгие годы не смолкают споры вокруг удивительного изобретения Кузнецова – ипликатора. А само изобретение тем временем приобретает все больше поклонников по всему миру, прибор совершенствуется, появляются современные аналоги. Поколения меняются, а история ипликатора, которая началась тридцать лет назад, не заканчивается и по сей день.

С 80-х годов прошлого века в СССР населению было реализовано по разным оценкам от 50 до 70 млн комплектов ипликатора Кузнецова и его модификаций.

И. В. Ильинцев «Феномен ипликатора Кузнецова. Энциклопедия игольчатого массажа»

В 1980-е годы еще не было никакой рекламы, популярные артисты не рассказывали задушевыми голосами о том, что нужно купить очередное чудо-средство от всех болезней!

Зато хорошо работало так называемое «сарафанное радио». От врачей или знакомых, родственников или друзей, которым ипликатор уже помог, люди узнавали о существовании простого и очень эффективного прибора, созданного Кузнецовым.

И сейчас ипликатор продолжает активно использоваться не только дома, но и в медицинских учреждениях, несмотря на то, что появляются новые методы лечения, новые лекарства.

Новые игольчатые аппликаторы, такие как, например, Тибетский ипликатор, Пранамат, в основе своего устройства имеют тот же принцип, что и их общий прародитель – ипликатор Кузнецова.

В чем же секрет такого долголетия ипликатора? В простоте, дешевизне и высокой эффективности. Сложно найти средство, в котором бы эти три качества сочетались бы так же, как в ипликаторе Кузнецова.

Простота. Ипликатор – это всего лишь кусок ткани с нашитыми на нем иголочками. Чтобы применять его – не нужно специальное образование: он действует по принципу «заболело – приложил ипликатор».

Дешевизна. Ипликатор стоит около 200 р. Он не портится и не имеет срока годности. Может служить всей семье.

Эффективность. Известно, что на коже человека расположены так называемые рефлекторные зоны, точки акупунктуры, при затрагивании которых (иглами, массажем, ипликатором Кузнецова) происходит симуляция различных органов и систем организма. На этом построены такие техники, как иглоукалывание, массаж, остеопатия и... ипликатор Кузнецова. Вот только прием у врача-рефлексотерапевта обойдется в несколько раз дороже, чем покупка ипликатора, а эффект будет почти такой же.

Множество заболеваний лечит ипликатор. Конечно, в первую очередь помогает при болях в спине, шее, суставах, спортивных травмах и растяжениях. Но также приносит пользу при различных расстройствах нервной системы, бессоннице, головных болях. Женщины давно оценили пользу ипликатора для поддержания свежести и молодости кожи, а также для борьбы с лишним весом и целлюлитом.

Несмотря на кажущуюся простоту, ипликатор Кузнецова является мощным оружием в борьбе с болью и расстройствами нашего организма.

О чем эта книга

Прочитав эту книгу, вы узнаете:

- что такое ипликатор Кузнецова и Пранамат;
- как они воздействуют на организм;
- с какими лечебными методиками связаны более всего;
- кому необходимо, а кому может принести вред их использование;
- как правильно применять ипликатор Кузнецова и Пранамат;
- какие заболевания можно вылечить при помощи ипликаторов;
- как похудеть, используя ипликатор Кузнецова и Пранамат.

Внимание!

Прежде чем вы продолжите чтение книги, обратите внимание, что никто не отменял традиционное лечение. Воздействуя на болезнь комплекс-но, то есть с разных сторон, мы сможем более быстро и эффективно избавиться от недуга или по крайней мере сделать его проявление не столь болезненным и разрушительным.

Кроме того, как и любое эффективное средство лечения, ипликаторы могут оказывать побочные эффекты и имеют ряд противопоказаний. **Обязательно проконсультируйтесь с вашим лечащим врачом.**

Ипликатор Кузнецова и Пранамат. Что это такое?

Слово «ипликатор» является изобретением Кузнецова и одновременно аббревиатурой, образованной от полного названия этого удивительного приспособления:

- **И**гольчатый
- **П**рофилактико-
- **Л**ечебный
- **И**пликатор
- **К**узнецова,
- **А**ктивизирующий,
- **Т**онизирующий,
- **О**беспечивающий
- **Р**аботоспособность.

В основе его лежит метод аппликации, по-этому все появившиеся позднее подобные лечебные игольчатые коврики традиционно называют *аппликаторами* или *ипликаторами* – например, Аппликатор Ляпко, Тибетский ипликатор, Пранамат.

История создания ипликатора Кузнецова

Будучи молодым человеком, Иван Иванович Кузнецов потерял ногу. Возможно, это и другие негативные обстоятельства сыграли не последнюю роль в том, что у молодого мужчины пошатнулось здоровье. В 38 лет у Ивана Ивановича стали отказывать почки. Врачи поставили диагноз – уремия.

Кузнецов, испытывая сильные боли, в первую очередь бросился к травникам. Не помогло. По совету знакомых решил попробовать иглоукалывание. Положительного эффекта практически не было, процедура была достаточно болезненной, однако больной на короткое мгновение вдруг почувствовал облегчение. Это и натолкнуло его на мысль, что «спасение от болей надо искать в... боли». Он смастерил три эластичных пояса с иглами и натянул на себя. Боли исчезли! Когда Иван Иванович попробовал снять иглы, болезнь вернулась. Исследователь неделю ходил в этих поясах, а когда снял, понял, что болезнь немного отступила.

Лечащий невропатолог, к которому отправился Кузнецов со своим открытием, недоверчиво отнесся к столь положительному результату. Он заявил, что, если ипликатор поможет снять у него боли в области уха, оставшиеся после контузии, он поверит. Изобретение Ивана Ивановича помогло. И врач спустя четыре года настоял, чтобы бывший больной обратился в высшие медицинские инстанции.

Сначала Кузнецов потерпел поражение в министерстве здравоохранения. Его изобретения не приняли и не поняли. Только накануне Московской Олимпиады 1980 года метод аппликации удостоился внимания: были зафиксированы случаи быстрого излечения травм у известных спортсменов. Довольно скоро многие институты и больницы стали положительно отзываться о методе Кузнецова. Еще два десятилетия понадобилось на то, чтобы метод аппликации признала и наука.

Сейчас ипликатор Кузнецова есть у многих. Существует огромное количество разновидностей ипликаторов, предназначенных для лечения разных заболеваний, для различных категорий больных, для разных возрастных групп.

Пранамат

В последние годы завоевывает популярность новый игольчатый аппликатор, по сути своей являющийся современной версией ипликатора Кузнецова, – Пранамат.

Если в качестве основы ипликатора Кузнецова использовалась полоска ткани, то Пранамат представляет собой скорее тонкий матрасик с кокосовым наполнителем и небольшую подушку, набитую шелухой гречихи, которую можно подкладывать под голову и шею.

Игольчатые конструкции Пранамата выполнены в виде цветков лотоса.

Преимуществом этого аппликатора нового поколения является его большой размер – при помощи Пранамата можно воздействовать сразу на всю область спины. Также, по утверждению производителя, для его изготовления используются только экологически безопасные материалы – натуральный хлопок, лен, кокосовое волокно, а также пластик, подлежащий вторичной переработке.

Как работает ипликатор

Почему практически при любом заболевании применение ипликаторов приносит положительные результаты?

Ткани-прародители

Учеными уже давно доказана взаимосвязь некоторых участков кожного покрова с нашими внутренними органами. Это объясняется тем, что все ткани организма формируются в период внутриутробного развития из нескольких так называемых «тканей-прародителей». В результате даже сложно преобразованные ткани сохраняют между собой связи на уровне центральной нервной системы. Подобные связи выражаются в том, что сигналы от определенных участков кожи и соответствующих внутренних органов поступают в одну точку головного мозга, где и образуется единый очаг возбуждения.

Сигнал о болезни

При возникновении какого-либо заболевания, повреждения органа в головном мозге возникает очаг возбуждения, который вынуждает нервную и эндокринную системы активизировать деятельность организма, направленную на выздоровление. В результате у нас вырабатываются различные биологические вещества (гормоны), улучшается обмен веществ, микроциркуляция, что помогает справиться с недугом и вернуться в здоровое состояние. Когда мы воздействуем ипликатором Кузнецова или Пранаматом на соответствующий пораженному органу участок кожи, то во много раз усиливаем сигнал, идущий в очаг возбуждения, а значит, еще более стимулируем организм на выздоровление.

Кроме того, ипликатор усиливает кровообращение и создает эффект тепла, поэтому помогает быстро восстановиться после тяжелого физического труда или больших нагрузок во время спортивных тренировок и соревнований.

Показания для применения ипликаторов

Ипликатор Кузнецова и Пранамат успешно применяются при лечении таких заболеваний и болезненных состояний, как:

- нарушение кровообращения в поверхностных тканях;
- расстройство венозного кровообращения при условии, что нет признаков тромбоза;
- ожирение;
- нарушение процессов обмена;
- функциональные расстройства нервной системы (неврозы);
- неврологические проявления остеохондроза позвоночника любой локализации;
- травмы периферических нервов верхних и нижних конечностей;
- шейно-плечевой синдром;
- моно- и полиневриты;
- бессонница;
- головные боли;
- нарушения подвижности суставов и боли в них;
- стойкое сведение и боли в мышцах;
- функциональные расстройства желудка и кишечника,

- дискинезия пищевода, гастрит, дуоденит;
- заболевания дыхательной системы (бронхит, бронхиальная астма);
- расстройство половой функции (неврозы, импотенция, фригидность).

Ипликаторы могут применяться даже в косметологии, поскольку способствуют повышению тонуса кожи. Их хорошо использовать не только для лица, но и для проблемных зон (например, для избавления от целлюлита на бедрах).

Противопоказания

Внимание!

Несмотря на универсальность прибора, существуют и противопоказания к его применению.

В первую очередь, не следует использовать ипликатор Кузнецова и Пранамат, если на участке предполагаемого воздействия есть кожные заболевания, родинки, бородавки.

Недопустимо применение приборов при воспалении стенок вен, при их закупорке (тромбофлебит), опухолях и наличии папиллом. Воздействие ипликатора может вызвать их усиленный рост.

Нежелательно применение ипликатора Кузнецова и Пранамата при:

- любых злокачественных образованиях в организме;
- острых воспалительных процессах и инфекционных заболеваниях;
- инфаркте миокарда;
- легочной и сердечной недостаточности I и II степеней;
- хронических заболеваниях в стадии выраженного обострения;
- склонности к кровотечениям;
- эпилепсии;
- алкоголизме и наркомании.

Крайне осторожно нужно применять приборы во время беременности и при язве желудка, особенно в проекции над ней как спереди, так и сзади.

Чрезмерное увлечение ипликатором Кузнецова и Пранаматом, когда приборы, например, используются ежедневно, да и в течение всей ночи, может принести совершенно противоположный ожидаемому результат.

Для более быстрого избавления от недуга следует:

- во-первых, проконсультироваться с лечащим врачом и, в случае необходимости, получить традиционное лечение;
- во-вторых, применять прибор не более полчаса ежедневно в течение 10–14 дней с последующим недельным перерывом.

Описание ипликатора Кузнецова

Первые ипликаторы Кузнецова представляли собой резиновый или пластмассовый коврик с впрессованными пластмассовыми или стальными иглами (П-образными скобками). Сейчас чаще всего этот незатейливый прибор продается в виде куска плотной ткани с наклеенными или нашитыми на нем пластинами с множеством иголок высотой в несколько миллиметров (рис. 1). Расстояние между иглами у ипликатора может варьироваться от 2 до 8 мм. Поскольку иглы расположены очень близко друг к другу и имеют небольшую высоту, они не травмируют кожу.

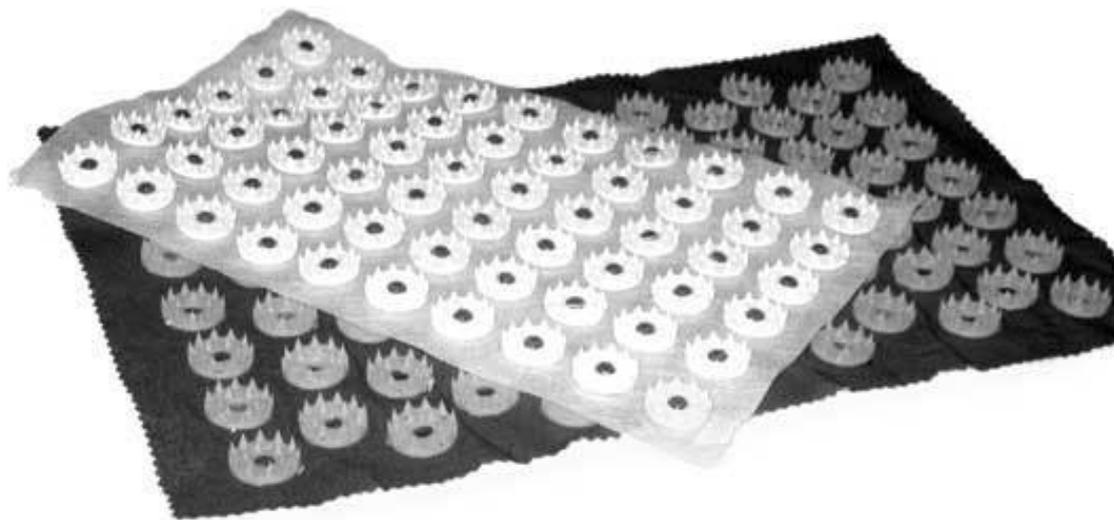


Рис. 1. Ипликатор Кузнецова

Йоги давно практикуют не только лежание, но и сон на гвоздях, который не приносит никакого вреда коже. Дело все в том, что гвозди ровно и плотно вбиваются в доску, а потому, когда человек на них ложится, равномерно распределяются по всей поверхности тела, поддерживая его вес. Эта процедура совершенно безобидна для здоровой кожи.

Какой ипликатор лучше купить

Лучше всего приобретать ипликатор, который продается в виде россыпи пластмассовых пластин. Из такого прибора можно сделать лечебный коврик, который будет идеально подходить именно вам. Например, для лечения болей в позвоночнике желательно иметь ипликатор, длина которого соответствует длине туловища. Вам нужно измерить расстояние от выступающего седьмого шейного позвонка до начала ягодиц, отрезать нужный кусок ткани (ширина – расстояние между лопатками) ишить пластины ипликатора.

Улучшенные ипликаторы выпускаются с ремнями с застежками, валиками с магнитными вставками и шипами, отличающимися различной длиной. Последние исследования доказали, что раздвоенные шипы, называемые цветком сливы, оказывают более эффективное воздействие на наш организм, нежели их классический вариант. Раздвоенное острие производит более щадящее действие и совершенно не травмирует кожу.

Как ухаживать за ипликатором

Ипликатор Кузнецова изначально задумывался как индивидуальное средство. В идеале у каждого члена семьи должен быть свой личный прибор. Однако часто одним ипликатором пользуется все. Именно поэтому после каждого применения следует проводить дезинфекцию. Это нетрудно сделать при помощи мягкой щетки и водного раствора стирального порошка или мыла. После чистки ипликатора моющим средством его обязательно следует хорошо прополоскать в чистой воде.

Пранамат можно подвергать стирке (вынув внутренний матрасик), но только ручной, не машинной.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.