

Дикуль и Касьян



Уникальная методика
лечения
ПОЗВОНОЧНИКА

И. Кузнецов

Иван Кузнецов
Дикуль и Касьян.
Уникальная методика
лечения позвоночника

Текст предоставлен правообладателем
http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=14010449
Дикуль и Касьян. Уникальная методика лечения позвоночника /
Кузнецов. И.: АСТ; Москва; 2010
ISBN 978-5-17-061615-2

Аннотация

Из этой книги вы узнаете о двух прославленных докторах: Валентине Дикуле и Николае Касьяне – об их жизни и работе, и главное, о принципах, по которым они лечат самые распространенные болезни нашего века – болезни позвоночника. Сидячий образ жизни, неправильное питание, плохая экология оказывают пагубное влияние на позвоночник, а через него и на весь организм. В этой книге подробно описаны тренажеры и силовая гимнастика Валентина Дикуля для восстановления позвоночника после травм, приемы и принципы мануальной терапии, которыми пользуется доктор Николай Касьян для лечения остеохондроза, грыж позвоночника, а также болезней суставов. Даны показания и противопоказания к занятиям, рассказано о преимуществах каждого из методов. Прославленные

доктора также дают советы и рекомендации, как ухаживать за позвоночником, что делать при острой боли, как правильно сидеть, стоять, спать, поднимать тяжести.

Содержание

Методы немедикаментозного лечения позвоночника, или как лечить позвоночник без таблеток и скальпеля	5
К чему ведет заболевание позвоночника	8
За что «отвечают» разные отделы позвоночника	10
Как медицина борется с болезнями позвоночника	12
Метод Дикуля	16
Доктор Касьян	18
О чем эта книга	20
Конец ознакомительного фрагмента.	22

Иван Кузнецов

Дикуль и Касьян.

Уникальная методика

лечения позвоночника

Методы немедикаментозного

лечения позвоночника, или

как лечить позвоночник

без таблеток и скальпеля

«Ничто не должно укрыться от глаз и рук опытного доктора, дабы он мог поправить смещенные позвонки. Если манипуляция делается по всем правилам искусства, она не может навредить больному».

Гиппократ

«Ой, что-то спина болит...». Эта проблема наверняка знакома многим. Остеохондроз, радикулит, грыжа, люмбаго. За каждым из этих слов кроется боль. Множество людей в мире испытывали эти, мягко скажем, неприятные ощущения. Да что там говорить, хоть раз в жизни, но спина болит у каж-

дого. Кстати, вы никогда не задумывались, почему же болезни позвоночника в наше время стали настолько «популярными» и с каждым годом становятся все моложе и моложе?

А ведь этому массовому явлению есть множество причин. Впрочем, так же, как и методов лечения. Но мы предпочитаем не разбираться и особо не вникать в суть боли. Как обычно поступает человек, у которого неожиданно что-то заболело в спине? Правильно. Болит спина – проще простого – выпил обезболивающе-противовоспалительную таблетку и побежал на работу. В лучшем случае намазал спину какой-нибудь обезболивающей мазью, обвязал шарфом или платком и вперед – на баррикады. Несомненно, через определенное время облегчение наступит. Но говорить о том, что вы справились с недугом, – слишком рано. И только в крайнем случае, когда не помогло ни первое, ни второе, мы решаемся навестить к врачу.

А что же врач? Врач пошлет вас сделать снимок и быстренько поставит вам «точный» диагноз, ну, скажем, остеохондроз. Да подумаешь, остеохондроз, успокаиваем мы себя. Сейчас у всех он есть. Этот диагноз для нас вообще как насморк. Можно не лечить, само как-нибудь пройдет.

К великому сожалению, чаще всего мы не воспринимаем заболевания спины серьезно. Ведь считается, что остеохондроз с возрастом появляется у всех людей. Ну что ж, с чистой совестью мы можем думать, что и бороться с болезнями спины особенно не стоит. Тем более что врачи только укрепля-

ют нас в нашем мнении, повторяя, что все болезни спины – награда за прямохождение, что уж тут против природы никак, и так далее. А если откровенно, то, несмотря на множество методов лечения, официальная медицина не всегда может помочь. И хорошо еще, если диагноз был поставлен правильно, а ведь бывают случаи, что оперируют там, где операция была совсем не нужна! Поэтому иногда попытки медиков вылечить болезнь приводят к ухудшению состояния, а то и к инвалидности после хирургического вмешательства. Ни в коем случае не агитирую против медиков. Обследование, рекомендации знающего человека – это уже половина успеха. Моя книга, надеюсь, наоборот убедит вас в том, как важно лечить болезни позвоночника, но лечить правильно. То есть сначала узнать, в чем *причина* боли, затем как эту причину устранить, и наконец, как жить дальше, чтобы не появились новые проблемы со здоровьем. И это касается не только болезней позвоночника, но и многих других, тем более, что от состояния позвоночника зависит здоровье всего вашего организма. Хотите быть здоровыми, жить без боли – внимательно наблюдайте за состоянием своего позвоночника, отслеживайте все боли в спине, обращайтесь к врачу, но знайте, в вашем распоряжении есть не только скальпель хирурга и таблетки. Об этом моя книга. Но сперва поговорим о том, что может произойти, если игнорировать боли в спине.

К чему ведет заболевание позвоночника

Самое дорогое в жизни каждого человека – это, конечно же, здоровье. С этим утверждением трудно спорить. Однако хочется напомнить, что здоровье человека во многом определяется здоровьем позвоночника. Без сомнения, позвоночник является очень важной частью нашего организма.

Наш позвоночник состоит из 32 позвонков¹ и более 100 суставов, мышц, связок, нервов. Это очень сложная конструкция – каркас нашего организма. Без позвоночника мы вообще не смогли бы двигаться, стоять и сидеть.

К позвонкам прикрепляются мышцы спины и брюшной стенки. Кроме того, позвоночник являетсяместилищем спинного мозга – очень важного органа центральной нервной системы. Именно поэтому позвоночник отвечает за работу наших внутренних органов, а любые неполадки – искривления или недостаточное кровоснабжение – приводят к их неправильной работе. И это не голословные факты. Это подтвердили и ученые. Они доказали, что смещения межпозвонковых суставов могут провоцировать обострение или развитие целого ряда заболеваний от мигрени и аритмии до

¹ Позвоночный столб имеет 32-34 позвонка: шейные позвонки – 7, грудные – 12, поясничные – 5, крестцовые – 5, копчиковые – 3-5.

холецистита и болезней мочеполовой сферы.

За что «отвечают» разные отделы позвоночника

Так, *шейный отдел позвоночника* отвечает за работу верхних дыхательных путей, носа и околоносовых пазух, гортани, глотки, щитовидной железы, а также за кровоснабжение головы. Головные боли, повышенное артериальное давление, головокружение, нервозность, снижение памяти, зрения и слуха, обострение тонзиллита и заболеваний щитовидной железы – все это может быть следствием смещения межпозвонковых суставов шейного отдела позвоночника.

В сферу влияния *грудного отдела позвоночника* входит сердце, бронхи, легкие, желудок, печень, желчный пузырь, поджелудочная железа, тонкий кишечник, селезенка, почки и надпочечники. Поэтому причиной заболеваний этих органов может быть смещения в грудном отделе позвоночника. Кроме того, обострение бронхиальной астмы, бронхит, ишемическая болезнь сердца, сердечная недостаточность, холецистит, панкреатит, сахарный диабет, гастрит, диспепсия и пиелонефрит тоже может быть следствием все того же смещения.

А вот за работу толстого кишечника и прямой кишки, половых органов, мочевого пузыря и ног отвечает *поясничный отдел позвоночника*. Смещения межпозвонковых суставов в этом отделе позвоночника могут быть причиной наруше-

ния кровоснабжения ног, судорог, болей в ногах, запоров, нарушений менструального цикла, болезненных менструаций, выкидышей, мужского и женского бесплодия, болезненного или слишком частого мочеиспускания, энуреза, геморроя и даже импотенции.

* * *

Итак, теперь вы имеете какое-то представление, какие последствия может повлечь за собой нарушение работы позвоночника? Но самая большая опасность заболеваний позвоночника в том, что их последствия проявляются не сразу. Конечно, смещения межпозвонковых суставов подчас способны вызвать приступ сильнейшей боли в спине или шее. Но эта боль – полезна. Да, да, не удивляйтесь. Ведь эта боль выполняет физиологическую функцию, она срабатывает как защитный механизм. Но если мы не реагируем должным образом, одна боль сменяется другой болью. Смещение позвонков нарушает передачу сигналов от спинного мозга к внутренним органам и обратно, от внутренних органов к спинному мозгу. И вот тут-то и появляются проблемы в органах грудной клетки, брюшной полости и малого таза.

Как медицина борется с болезнями позвоночника

Как ликвидировать болезнь. Очевидно, что нужно восстановить передачу нервных импульсов и кровообращение, а для этого нужно заставить мышцы и суставы работать, двигаться, потому что именно для этих целей они и созданы, а значит, без движения атрофируются, умирают. Однако, вместо этого, следуя назначениям врачей, мы пьем обезболивающие таблетки. Да, можно убрать последствие – боль, но ведь болезнь от этого не исчезнет. Внутренние органы, итак пострадавшие в результате проблем с позвоночником, вдобавок ко всему получают еще и дозу химии. Ведь лекарственные препараты, используемые для лечения болей в спине, имеют множество побочных свойств и противопоказаний.

Все попытки фармакологов создать действенные, но при этом безопасные лекарства, пока успехом не увенчались. Любая таблетка или микстура имеет свои побочные действия. Как узнать, не перевесят ли они лечебный эффект? Добираясь до нужных клеток и тканей, любое лечебное вещество, так или иначе, задевает по пути то, что задевать не должно. Даже простые противовоспалительные препараты опасны. Вы никогда не читали противопоказания и описание возможных побочных эффектов? Зря. Обезболивающие

и нестероидные противовоспалительные средства в процессе лечения, как правило, угнетают почки, кроветворную систему и даже могут спровоцировать желудочно-кишечные кровотечения, аллергические реакции, бронхоспазм, головную боль, головокружение, сонливость.

Среди лекарственных препаратов для лечения спины есть также и гормональные средства. Гормоны бесспорно способны снять воспаление. Но стоит только их отменить, и организм может взбунтоваться, и болезнь вернется с новой силой. Гормональные препараты могут принести избыточный вес, навредить печени, спровоцировать тромбоз глубоких вен ног.

Врачи утверждают, что безопасных лекарств и процедур вообще нет. А побочный эффект может вызвать любой препарат. И появляется у заболевшего человека, неукоснительно следующего показаниям медиков и принимающего каждый день множество таблеток, всё новые и новые болезни. В результате дисбаланс в организме растёт, и, вместо облегчения, мы получаем еще большие страдания и... перемещаемся на следующую ступень болезни. К больному позвоночнику присоединились другие болячки, а мази и таблетки уже не помогают.

Что же делать дальше, чтобы избавиться от боли? Реклама вещает нам о пользе корсета и различных поддерживающих поясов. К этим средствам часто прибегают и врачи. Но мышцы, которые и так мало двигались, теперь просто зажа-

ты в корсет, и обречены на медленную смерть.

Ну, а если остеохондроз еще и осложнен грыжей, тут уж дело совсем плохо. Официальная медицина видит единственный выход из этой ситуации – операция. Что значит перенести операцию, вы, наверное, понимаете. Сама по себе процедура тяжелая. А уж для ослабленного организма и по-давно.

Человек попадает в замкнутый круг, из которого не может выбраться. Вы спросите, есть ли другой путь? Конечно. Это немедикаментозные методы лечения позвоночника. Или еще их называют нетрадиционными методами лечения. Суть таких методов именно в отсутствии медикаментов, химии. Тут нет никакой связи с традициями. Ведь мануальной терапии, элементарной гимнастике, да и просто движению уже не одна сотня лет. Сама жизнь заставляет нас обращаться к опыту наших предков, которых называли в народе костоправами, которые лечили болезни позвоночника с помощью только своих рук. Еще Гиппократ, основатель научной медицины, прославлял лечение движением, разрабатывал методы лечения позвоночника путем воздействия на него абсолютно голых рук.

Существует великое множество нетрадиционных методов лечения, таких как массаж, рефлексотерапия, траволечение, лечебная гимнастика, диетолечение. Но среди всех этих методов обособленно стоят два. И не спроста. Они связаны с именами прославленных врачей-лечителей. Это метод Валенти-

на Дикуля и метод Николая Касьяна.

Метод Дикуля

Система Дикуля предназначена для возвращения здоровья людям, имеющим серьезные повреждения позвоночника и конечностей. Валентин Иванович Дикуль уже много лет работает с тяжелыми больными, которым не в силах помочь официальная медицина. Созданная Валентином Дикулем система реабилитации уникальна и кардинально отличается от подходов, существующих в других странах.

Валентин Дикуль прошел через травму позвоночника и создал свой метод реабилитации, хотя не был дипломированным врачом. Возможно, именно потому он и сумел поставить на ноги себя, а также тысячи людей – вопреки приговорам врачей он просто начал бороться с болезнью и вылечил себя.

Каков главный постулат его системы?

Мышцы должны работать! Тогда даже после травмы возможно восстановление. Валентин Дикуль доказал, что нервные импульсы, заставляющие двигаться пораженные мышцы, могут идти вокруг поврежденного участка. Поэтому очень важно при помощи физических упражнений сохранить мышцы и суставы работоспособными. Без нормальной физической активности и привычных нагрузок мышцы и суставы постепенно бесповоротно деградируют. В этом суть единственной в мире методики лечения и реабилита-

ции больных со спинномозговой травмой и последствиями детского церебрального паралича, которой уже более 20 лет. Методика Дикуля проста и действенна. Для занятий требуются несложные тренажеры, которые можно сделать даже самим. Упражнения на тренажерах не требуют значительных усилий. Их можно использовать для людей всех возрастов, любого уровня физической подготовки и состояния здоровья. Ведь система реабилитации Дикуля изначально создавалась для тех, кто утратил способность двигаться, и потому является едва ли не самой «щадящей» среди известных.

Есть только одно «НО». Вся эта несложность базируется на одной, казалось бы, простой вещи – воля. Без воли, желания трудиться ничего не получится. И даже самые суперсовременные тренажеры и лекарства не смогут совершить чудо без вашей веры. Именно поэтому немалую роль в методике Дикуля играет особый ментальный настрой, который и управляет выздоровлением.

Доктор Касьян

О нем наверняка слышали многие. Кобеляки, город на Украине, где он работает – место паломничества. К Николаю Касьяну люди идут с разными проблемами. В день он принимает по 200-300 человек. Прием он ведет и днем и глубокой ночью. На сон просто не хватает времени, поэтому спать приходится по 2-3 часа.

Его метод пришел к нему от отца, тому – от деда. Все его предки были «мануальщиками». Это сейчас мы используем эти модные слова «мануальный терапевт», а раньше таких людей называли простым понятным словом – костоправ. Метод мануальной терапии, практикуемый Касьяном, описан еще Авиценной около 3000 лет назад. Преимущество его в том, что очень во многих случаях он помогает быстро снять боль. Это метод ручного восстановления нормальных соотношений между позвонками, ликвидации блоков, зажатостей. Используя только руки, врачи-мануальные терапевты вставляют позвонки на место.

Знаменитый костоправ Николай Касьян уверен, что причина всех наших бед – плохое состояние позвоночника. Нужно позвоночник вылечить – и тогда множество болезней исчезнут как страшный сон.

К Касьяну обращались София Ротару, Таисия Повалий, Николай Басков, Валентина Толкунова, Геннадий Хазанов,

Иосиф Кобзон (Иосиф Давыдович даже стал Касьяну кумом). Обратите внимание: именно к нему – мануальному терапевту из далеких Кобеляк, а не к прославленным врачам в современных клиниках. А ведь у этих людей есть деньги, чтобы оплатить самое дорогое лечение.

О чем эта книга

Для многих приехать в центр реабилитации Дикуля, попасть на прием в клинику к Касьяну – это несбыточная мечта. Ведь для этого необходимы несколько составляющих – деньги, время, а иногда и элементарная возможность двигаться – не пускает болезнь. Для таких людей создана эта книга.

Вы можете резонно возразить, что заменить руки доктора, его живое участие невозможно. Конечно, вы абсолютно правы. Но эта книга сможет помочь в поиске пути, по которому нужно идти для достижения вашей заветной цели – здоровья нашего драгоценного позвоночника.

Путь Дикуля – это путь для людей с травмами позвоночника. Вы узнаете об уникальном комплексе упражнений и о том, как создавать ментальный настрой, который поможет укрепить ваш дух. Это важно! Ведь в системе Валентина Дикуля именно укрепление духа ведет к прочному здоровью. Комплекс физических и психических упражнений станет ядром книги, шансом для всех нас быть здоровыми.

В этой книге также вы найдете важную информацию о мануальной терапии. Метод мануальной терапии – это метод, заслуживающий уважения не меньше, чем упражнения Валентина Дикуля. В наше время этот метод стал популярным

и модным. Особенно в свете неудач классической медицины. Конечно, научить вас самостоятельно «править спину» я не могу. Да это и не нужно, и даже вредно. Но вот беда, мануальных терапевтов сейчас «развелось» великое множество. Поэтому, уважаемые читатели, прочитайте внимательно следующие строки: мануальная терапия должна проводиться только квалифицированным специалистом! И советы, собранные в книге, помогут вам такого специалиста найти.

Ну, и, конечно, не обойдемся мы без рекомендаций по профилактике болезней позвоночника от двух прославленных докторов: Дикуля и Касьяна. Вы узнаете принципы правильного образа жизни: сон, движение, работа, питание, фирменная зарядка – помогут не довести свой организм до плачевного состояния.

А в заключение книги вас ожидает небольшое Приложение, которое поможет вам сориентироваться в болезнях позвоночника. Я даю его не для того, чтобы вы занимались самолечением. Но для того, чтобы по описанию симптомов вы смогли твердо и однозначно ответить на вопрос: «Мне нужно лечение или только профилактика?»

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.