

Вегетососудистую дистонию называют чумой XXI века, при этом эффективного медикаментозного лечения так и не найдено. Авторская семейная методика врачей Бартош уже более 25 лет успешно справляется с ВСД

Причина ВСД – спазмированные мышцы!



НАШ ЭКСПЕРТ

Андрей Бартош,
невропатолог,
реабилитолог
тел.: (067) 738-23-80,
www.bartosh.com.ua

Боли в области сердца, тахикардия, головокружение, головные боли, прыжки давления, проблемы с ЖКТ, повышенная утомляемость, слабость, раздражительность и множество других пренеприятнейших симптомов – и при этом анализы, кардиограммы и другие исследования утверждают, что ты практически здорова! В таких случаях в графе «диагноз» врачи пишут: «вегетососудистая дистония», или «вегетативная дисфункция». Тот, кто сталкивался с подобной ситуацией (по статистике, это 80% работоспособного населения), знает, что излечиться от ВСД методами, которые предлагает традиционная медицина, практически невозможно. К счастью, династия врачей Бартош разработала собственную авторскую методику, благодаря которой можно не только раз и навсегда избавиться от симптомов ВСД, но и решить множество других проблем со здоровьем. О причинах вегетативной дисфункции и о том, как вернуть утраченное здоровье, нам рассказал невропатолог Андрей Петрович Бартош.

В чем суть методики докторов Бартош? Почему она оказалась настолько эффективной в лечении вегетативной дисфункции?

Дело в том, что мы нашли материальный субстрат состояния,

именуемого ВСД, – это спазмированные мышцы. Автором методики является мой отец, Петр Игнатьевич Бартош. Много лет назад, работая мануальным терапевтом, он пришел к выводу, что ключевым звеном здоровья является наша мышечная система, о которой, как правило, забывают. Именно в мышцах следует искать причины формирования всех симптомов вегетососудистой дистонии. Под воздействием провоцирующих факторов (психоэмоциональное перенапряжение, физическое переутомление, переохлаждение, травма) в мышцах образуются миофасциальные уплотнения, которые хоро-

шо знакомы массажистам, так как прощупываются на теле в виде узелков. Появление образований в мышцах приводит к сбоям в передаче импульсов от вегетативной нервной системы органам и сосудам, нарушению циркуляции крови в тканях, венозному застою и другим серьезным сбоям в работе организма. В результате пошаливает сердце, скачет давление, болит голова, немеют руки, появляется одышка. Человек делает кардиограмму, другие анализы, а они в норме. Таких больных врачи часто называют ипохондриками. Все показатели в норме, а человек жалуется: «У меня болит вот здесь и здесь, я надавливаю

РЕАЛЬНАЯ ИСТОРИЯ

У меня не болит голова!

«До 35 лет, сколько себя помню, у меня всегда болела голова, – рассказывает Елена Родина (42 года) из г. Переяслав-Хмельницкий. – Мне тогда казалось, что это нормальное состояние, что так происходит у всех людей. Но с возрастом головные боли стали усиливаться настолько, что это было уже просто невыносимо. К 27 годам я практически прописалась в больницу: вначале лежала в стационаре раз в год, потом два раза в год, а потом уже раз в квартал. Врачи объяснили, что я должна принять тот факт, что с этой болезнью мне придется прожить всю оставшуюся жизнь и ежеквартально лежать под капельницами.

Несмотря на такую интенсивную терапию, мое состояние не улучшалось. Любое изменение погодных условий, малейшие житейские волнения вызывали резкую головную боль вплоть до потери сознания. В декабре 2010 года случился приступ, который переполнил чашу моего терпения: я готова была на все! Узнав о методике докторов Бартош, я обратилась за помощью к Андрею Петровичу Бартошу. Пройдя курс из 12 сеансов (после 4-й процедуры было очень тяжело, но я решила идти до конца), я оказалась в состоянии, которое мне было вообще незнакомо: у меня совсем не болела голова! С тех пор вот уже шесть лет я живу без головных болей. Был момент, когда я пережила очень сильный стресс и у меня появились боли в спине. Я прошла четыре сеанса у Андрея Петровича, и эта проблема тоже исчезла. Огромное спасибо!»

ЭТО ФАКТ!

Воздействуя на очаги патологической импульсации, можно избавить пациента от боли, мучившей его годами.

в этой области, и мне становится легче». И это вовсе не фантазии, как думают многие медики. Человек чувствует зоны напряжения в теле, и у него возникает интуитивное желание размять эти болезненные очаги. Именно этим мы и занимаемся. Но тут нужно понимать, что симптоматику ВСД (и любого другого заболевания) дает не один локальный очажок в какой-то мышце, а целый комплекс патологических очагов напряжения от головы и до пят. Нужно найти максимальное количество этих спазмированных мышц и комплексно на них воздействовать. Возвращая мышцам их естественное состояние, мы восстанавливаем способность организма быть саморегулирующейся системой, которая сама себя приводит в порядок как структурно, так и вегетативно. Именно поэтому после курса нашей терапии пациенты наблюдают улучшение здоровья в целом:

налаживается работа всех внутренних органов, уходят боли в позвоночнике, исчезают хандра и депрессия, появляются силы.

Можно ли, обнаружив в мышцах такие болезненные зоны, попытаться самостоятельно их размять?

В принципе, конечно, можно. Но нужно понимать, что именно вы обнаружили: очаг мышечного напряжения или, например, липому. Если вы убеждены, что имеете дело с мышечным образованием, можете смело его размять. При этом иногда может возникать очень сильная боль – ее не нужно бояться. Попробуйте интенсивно надавливать на болезненное уплотнение, и уже через 20 секунд болезненность уменьшится, а через 90 (если очажок был небольшой) боль уйдет вообще. Но организм нас зачастую обманывает: у нас болит голова, а очаг напряжения при этом находится в каких-

то мышцах. Болит рука, мы ее немного помяли – стало легче, но проблема не ушла, так как очаг находится в межлопаточной области. Если бы человек знал все эти взаимосвязи в организме, то смог бы более эффективно помогать самому себе. С этой целью у нас организовываются обучающие семинары как для врачей, так и для всех желающих.

Сколько продолжается курс лечения по вашей методике?

За 1–2 сеанса можно вылечить только тех пациентов, которые обратились сразу, со свежей проблемой. В среднем курс состоит из 10 сеансов. И что важно: сколько бы времени человек ни страдал от той или иной проблемы, за неделю–полторы его можно вывести из этого состояния. Значительные улучшения, как правило, наступают уже после двух–трех процедур.



Тянем мышцы!

«Чем длиннее мышца, тем длиннее жизнь», – гласит древняя китайская мудрость. «Мягкие эластичные мышцы – это фундамент нашего здоровья, – говорит Андрей Бартош. – Поэтому своим пациентам я рекомендую заниматься йогой, пилатесом, стретчингом – физическими упражнениями, которые растягивают мышцы и поддерживают их эластичность. Если вы перенервничали или, например, споткнулись, мышцы обязательно отреагируют на это. Чтобы со временем не возник миофасциальный очаг, необходимо сразу же размять напряженную мышцу».