

## КОРОЛЕВСКАЯ АКАДЕМИЯ НАУК

ДЕПАРТАМЕНТ ВЫСШИХ ЗНАНИЙ  
НИИ Физики Биосферы

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА  
Русскоязычная электронная версия

### ВОССТАНОВЛЕНИЕ ПОЗВОНОЧНИКА

Образ жизни населения современных индустриальных стран накладывает отпечаток не только на благосостояние и уровень жизни людей. Он также способствует развитию специфических болезней, которые называются «болезнями развитого общества».

Всем известно, что в настоящее время не только взрослые люди, но и большинство школьников имеют хронические заболевания. Чаще всего, эти заболевания проявляются как следствие сколиоза, развитие которого принимает масштабы эпидемии, особенно среди детей школьного возраста.

Сам сколиоз развивается исключительно как следствие атрофии глубоких мышц спины. Ещё сто лет назад академик Бехтерев находил такую атрофию исключительно у представительниц старинных дворянских семей. В настоящее время практически каждый человек имеет подобные проблемы. Определить наличие такой проблемы у себя очень просто. Если вы можете прощупать у себя между лопатками кости позвоночника вместо мощной мускулатуры, значит, атрофия глубоких мышц спины коснулась и вас. При подобной атрофии скелет начинает деформироваться.

Поначалу деформация скелета имеет характер защитной реакции организма на потерю глубоких мышц спины. Деформации позвоночника образуют так называемые «фермы», жесткие геометрические фигуры, принимающие на себя функции утраченной мускулатуры. В последующем времени такие деформации становятся необратимыми и, навсегда сдавливая нервные корешки, приводят к развитию хронических осложнений.

«Большая медицинская энциклопедия» утверждает, что такие изменения в позвоночнике начинаются в организме человека ещё в младшем школьном возрасте. Причина этого явления кроется в том, что в периоды первого и второго «вытягивания» (периоды особо бурного роста ребёнка) развитие костного скелета значительно опережает развитие скелетной мускулатуры. Как следствие, позвоночник ребёнка может легко деформироваться, если не проводить специальных профилактических мероприятий.

Такие профилактические мероприятия необходимо проводить практически каждому современному человеку, живущему в индустриальном или постиндустриальном обществе. В то же время в современном развитом обществе имеется проблема тотального дефицита свободного времени.

Недавно появился способ проведения такой профилактики, занимающий всего лишь одну минуту ежедневных занятий. Занимаясь физическими упражнениями определённым способом, всего за одну минуту ежедневных занятий люди могут полностью устранить сколиотическое искривление позвоночника. Особенно это изобретение подходит для школьников и молодёжи. Также оно будет полезным всем активным людям, которые не имеют времени и желания страдать расстройствами внутренних органов, вызванными

сдавливанием нервных корешков в местах деформации позвоночника. В своё время знаменитый Гиппократ начинал лечение своих пациентов с того, что он сам устранял пациентам подобные деформации в позвоночнике. Гиппократ даже дал таким деформациям специальное название – «парартремата».

Избавиться от сколиоза, его осложнений и неправильной осанки можно самостоятельно применяя для этого тренажер. Тренажер запатентован в Украине и Российской Федерации. Тысячи людей уже испытали его положительное влияние на собственную жизнь. Давно, когда в мире появилась рафинированная и концентрированная пища, людям пришлось привыкнуть к пользованию зубной щёткой для сохранения собственных зубов. Теперь, для полноты качества жизни, людям следует также пользоваться ещё и способами защиты собственного позвоночника.

Кроме того, нужно знать, что нельзя лёжа смотреть телевизор и читать лёжа. Такая поза, когда голова человека "сидит", а туловище "лежит", вызывает деформацию шейно-грудного перехода. А деформация шейно-грудного перехода вызывает болезни головного мозга, горла, щитовидной железы, сердца и лёгких.

В таблице показано, какие именно болезни развиваются при подвывихах в позвоночнике в зависимости от локализации подвывиха.

Номер позвонка	Связь с другими частями и органами тела	Последствия смещения
1Г	<p><b>Грудной отдел позвоночника</b>                      Руки (от локтя до кончиков пальцев), пищевод и трахея</p>	<p>Астма, кашель, затрудненное дыхание. Одышка, боль в руках (от локтя и ниже)</p>
2Г	<p>Сердце (включая клапаны), коронарные артерии</p>	<p>Функциональные сердечные заболевания и некоторые болезни груди</p>
3Г	<p>Легкие, бронхи, плевра, грудь, молочная железа</p>	<p>Бронхит, плеврит, пневмония, гиперемия (покраснение кожи), грипп</p>
4Г	<p>Желчный пузырь, общий желчный проток</p>	<p>Болезни желчного пузыря, желтуха, опоясывающий лишай</p>
5Г	<p>Печень, солнечное сплетение, кровь</p>	<p>Болезни печени, лихорадка, низкое давление крови, анемия, нарушение кровообращения, артрит</p>
6Г	<p>Желудок</p>	<p>Желудочные болезни, включая спазмы желудка, несварение, изжога, диспепсия                      Язва, гастрит</p>
7Г	<p>Поджелудочная железа, двенадцатиперстная кишка</p>	
8Г	<p>Селезенка</p>	<p>Пониженная сопротивляемость к инфекциям</p>
9Г	<p>Надпочечник</p>	<p>Аллергия, крапивница</p>
10Г	<p>Почки</p>	<p>Болезни почек, затвердение артерий, хроническая усталость, нефрит, пиелит (воспаление почечной лоханки)</p>

11 Г	Почки, мочеточники	Болезни кожи (угри, прыщи, экзема, фурункулы)
12Г	Тонкий кишечник, лимфатическая система	Ревматизм, метеоризм (газы), некоторые виды бесплодия
1П	<b>Поясничный отдел позвоночника</b> Толстый кишечник, паховые кольца	Запор, колит, дизентерия, понос, некоторые виды прободений кишечника и грыж
2П	Аппендикс, нижняя часть живота, верхняя часть ног	Судороги, затрудненное дыхание, ацидоз (нарушение кислотно-щелочного равновесия в организме)
3П	Наружные половые органы, матка, мочевого пузыря, колени	Болезни мочевого пузыря, расстройства менструального цикла (например, болезненная или нерегулярная менструация), выкидыши, недержание мочи, импотенция, сильные боли в коленях
4П	Простата, поясничные мышцы, седалищный нерв	Ишиас, люмбаго, трудное, болезненное или слишком частое мочеиспускание, боли в пояснице
5П	Нижняя часть ноги, лодыжки, ступни	Плохое кровообращение в ногах, опухание лодыжек, слабые лодыжки и подъемы ступни, холодные ноги, слабость в ногах, судороги мышц ног.