
Physiatrics
Физиотерапия

УДК 616.8-085.82

**ПРИМЕНЕНИЕ СУ-ДЖОК ТЕРАПИИ ДЛЯ ПРЕОДОЛЕНИЯ БОЛЕВОГО СИНДРОМА
ПРИ ЛЮМБАЛЬНЫХ ГРЫЖАХ МЕЖПОЗВОНКОВЫХ ДИСКОВ**

М.Д. Алберт¹, Б.М. Асанова²

¹ доктор (PhD), директор по специальности «Реабилитация»,

² руководитель, специальность «Лечебная косметика»

Медицинский Университет-София

Медицинский Колледж «Йорданка Филаретова» (София), Болгария

***Аннотация.** Современный образ жизни является предпосылкой для развития дегенеративных изменений позвоночника. В нашей практике лечения болевого синдрома при межпозвоночных грыжах, кроме классических методов, нами также внедрена модель су-джок терапии. Цель данного доклада – представить наши исследования по влиянию на процесс выздоровления при пациентах с люмбальными межпозвоночными грыжами применения су-джок терапии в сочетании с массажем и кинезитерапии. Результаты показали, что реализация комплексного подхода сокращает время улучшения состояния больных.*

***Ключевые слова:** Су Джок, болевой синдром, болезнь поясничного диска.*

Введение

Современный образ жизни с все ярче выраженной гиподинамией является предпосылкой развития функциональных и дегенеративных изменений позвоночника. Зачастую длительное пребывание за компьютером, передвижение преимущественно на транспорте, ограничение ходьбы пешком и снижение физической активности вызывают изменения, сопровождаемые повреждением межпозвоночных дисков. Чаще всего болезненным изменениям подвержены шейный и поясничный отделы позвоночника, на которые приходится наибольшие нагрузки. Наличие болевого синдрома при существующих изменениях в структурах позвоночника порождает ограничение функциональной активности, нарушает трудовую и бытовую деятельность, приводит к психосоциальному дискомфорту.

Люмбальная (поясничная) межпозвоночная грыжа чаще всего затрагивает позвонки L5-S1, L4-L5, L3-L2. Позвоночная патология в этой области встречается довольно часто, причиняя острые, хронические или рецидивирующие боли в области поясницы и нижних конечностей. Клиническая картина включает комбинацию различно выраженных болевого, вертебрального и корешкового синдромов. При сильных болях подвижность пациента значительно ограничена, причем малейшее движение, чихание, кашель или попытка встать с постели вызывают острую пронизывающую боль [2]. Для воздействия на болевой синдром при люмбальных межпозвоночных грыжах мы применили корейский метод лечения су-джок, открытый профессором д-ром Пак Же Ву. Он основывается на том принципе, что любая часть тела человека связана с остальными его частями и содержит их зоны соответствия, в результате чего формируется единая система, основанная на подобных гомо-факторах [1, 3, 4]. Это несколько лечебных микроакупунктурных систем, которые похожи на малые копии человеческого тела, расположенные на руках и ногах. Они отражают состояние здоровья человека и могут активно влиять на него при болезнях [4].

Применение для лечения и уменьшения болевого синдрома при люмбальной межпозвоночной грыже системы соответствия на пальцах весьма оправдана. По своему строению пальцы напоминают тело человека. Дистальная фаланга пальца соответствует голове и шее, средняя – грудной клетке, а проксимальная фаланга – брюшной полости. Тело гибче в направлении вперед, чем назад, такая же закономерность наблюдается и с пальцами на руках и ногах. Представительство позвоночника располагается на янской стороне пальцев рук и ног в системе «Насекомое» (рисунок 1), [2-5]. Для усиления эффекта также работает по стандартной системе соответствия позвоночника, аппликируя семена мака после нахождения максимально болезненных точек (рисунок 2).

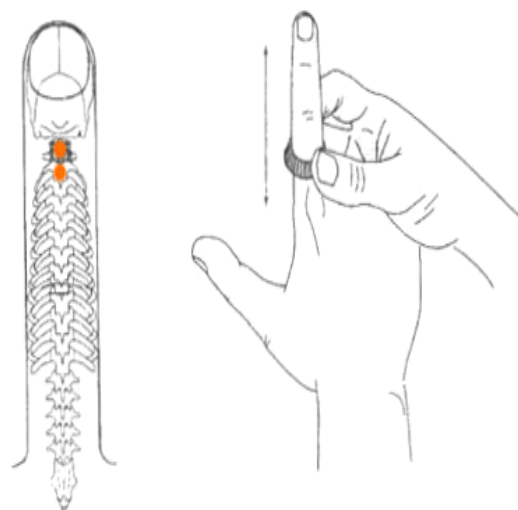


Рис. 1. Система «Насекомое»

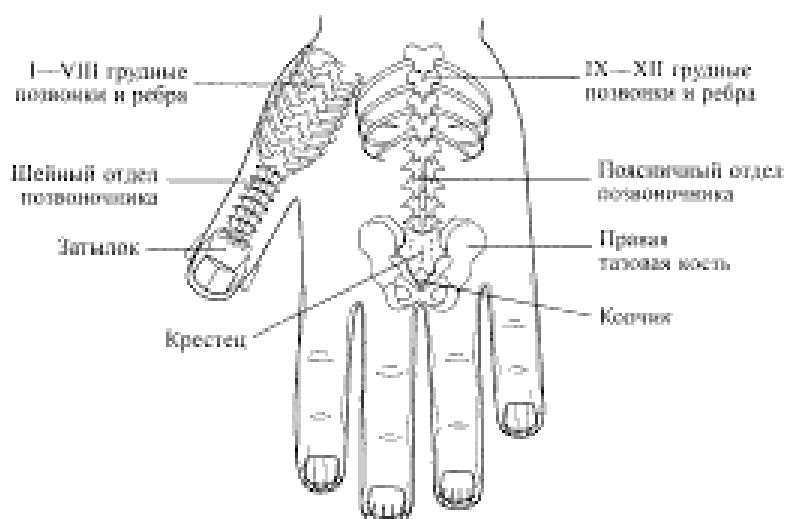


Рис. 2. Стандартная система соответствия скелета

Целью данного исследования было изучение влияния су-джок терапии в сочетании с техниками лечебно-восстановительного массажа и кинезитерапии на процесс выздоровления у пациентов с люмбалной межпозвоночной грыжей.

Материалы и методы

Объектом исследования были 30 пациентов, прошедших осмотр и лечение в ДКЦ-2 (Диагностический консультативный центр – 2) г. Софии, обоих полов, выбранные по случайному принципу рамках одного календарного года (2015). Пациенты были распределены в две группы: экспериментальная группа (ЭГ) из десяти мужчин и десяти женщин и контрольная группа (КГ) из пяти мужчин и пяти женщин (таблица 1). Су-джок терапию мы применяли только для экспериментальной группы. У всех пациентов были парамедианные грыжи дисков на уровне L4-L5.

Таблица 1

Распределение по полу и возрасту

Группы по возрасту	Мужчины ЭГ	Женщины ЭГ	Мужчины КГ	Женщины КГ
до 25 лет	-	1	-	-
до 30 лет	1	1	-	1
до 35 лет	2	1	1	-
до 40 лет	1	1	1	1
до 45 лет	2	3	1	2
св. 45 лет	4	3	2	1
Всего	10	10	5	5

Комплексная программа включала три последовательных этапа:

- Применение су-джок терапии;
- Применение лечебно-восстановительного массажа;
- Кинезитерапевтический комплекс.

Для проверки полученных результатов мы использовали тест Ласега и тест Бехтерева, дающий информацию о болевом синдроме (таблица 2). Больной ложится на спину и пытается поднять выпрямленную ногу с болезненной стороны. Если больной ощущает резкую боль в пояснице, задней части бедра и седалищных мышцах, то тест Ласега считается положительным. Тест Бехтерева. Когда больной пытается сесть из положения лежа, то нога рефлекторно сгибается [2].

Результаты

- Из проведенного исследования видно, что люмбальные межпозвоночные грыжи наблюдаются даже у молодых людей до двадцати пяти лет, в то время как в группах преобладают пациенты обоих полов в возрасте свыше сорока лет.
- Исследованием установлено, что при первом исследовании у всех пациентов тест Ласега в обеих группах положительный. При тесте Бехтерева положительный результат проявился у 100 % из всех мужчин, у 90 % женщин из ЭГ и у 80 % женщин из КГ. Выявлено, что симптом Бехтерева проявляется у пациентов свыше 35 лет, в то время как у пациенток уже с 30-летнего возраста (таблица 2).

Таблица 2

Результаты первого исследования

Группы по возрасту	ЭГмуж Ласег	муж Бехтерев	женщ Ласег	женщ Бехтерев	КГмуж Ласег	муж Бехтерев	жен Ласег	женщ Бехтерев
до 25 лет	-	-	10 %	10 %	-	-	-	-
до 30 лет	10 %	-	10 %	10 %	-	-	20 %	20 %
до 35 лет	20 %	10 %	10 %	10 %	20 %	20 %	-	-
до 40 лет	10 %	10 %	20 %	10 %	20 %	20 %	20 %	20 %
до 45 лет	20 %	20 %	20 %	20 %	20 %	20 %	20 %	20 %
св. 45 лет	40 %	40 %	30 %	30 %	40 %	40 %	40 %	20 %
Всего	100 %	80 %	100 %	90 %	100 %	100 %	100 %	80 %

При первой процедуре у всех пациентов отмечается боль при поднятии ноги из положения, лежа на спине, что является симптомом радикулярного раздражения. Различия между двумя группами не столь велики. У пациентов помоложе, которые составляют 26,4 % в двух группах, симптом Ласега проявляется при 45°. Боль у пациентов свыше сорока лет появляется при 30°, что составляет 36,3 % всех исследуемых и у 37,3 % этот симптом наблюдается около 10° (таблица 3).

Таблица 3

Градусы, при которых появляется боль при первой процедуре

Объем движения при тесте Ласега	ЭГ-число пациентов	КГ-число пациентов
45°	6 – 30 %	2 – 20 %
30°	8 – 40 %	3 – 30 %
10°	6 – 30 %	5 – 50 %

После проведения комплексной программы в обеих группах наблюдается значительное уменьшение болевого синдрома и улучшение объема движения нижних конечностей (таблица 4).

Таблица 4

Объем движения после лечебного курса

Объем движения при тесте Ласега	ЭГ-число пациентов	КГ-число пациентов
90°	19 – 95 %	6 – 60 %
75°	1 – 5 %	4 – 40 %

Результаты второго исследования показывают, что число процедур, необходимых для восстановления пациентов, оптимизируется благодаря комплексному воздействию последовательного и систематического применения су-джок терапии, улучшая их состояние здоровья. Из приведенных данных видно, что лечебный курс уменьшается с 10 на 5 или 6 процедур, в сравнении с контрольной группой (таблица 5).

Таблица 5

Продолжительность процедур

Число процедур	ЭГ мужчины	ЭГ женщины	КГ мужчины	КГ женщины
10	-	-	10 %	20 %
9	-	-	20 %	10 %
8	-	-	10 %	10 %
7	-	-	10 %	10 %
6	20 %	15 %	-	-
5	25 %	25 %	-	-
4	5 %	10 %	-	-

Дискуссия

Су-джок терапия является современным методом, весьма близким к акупунктуре, который можно применять в любое время. Знакомство с зонами соответствия и сочетание метода с использованием семян различных лечебных растений предоставляет нам возможность ускорить процесс выздоровления. Использование семян мака дает очень хороший обезболивающий эффект. Хорошее сочетание метода с другими лечебными процедурами расширяет терапевтические возможности тех, кто их практикует. Для его применения не нужна дорогостоящая аппаратура и это делает его легко доступным и применимым даже в полевых условиях.

Заключение

Сочетание лечебно-восстанавливающего массажа, кинезитерапии и су-джок терапии дает нам эффективные результаты для ускорения процессов выздоровления у больных с люмбальными межпозвоночными грыжами различного возраста. Су-джок терапия – это легко доступный, эффективный и надежный метод лечения.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Иванов, П. Су джок и мокса ръководство за самолечение / П. Иванов. – Медикс, 2009. – С. 93–104.
2. Масларов, Д. Неврология. София / Д. Масларов. – 2010. – С. 84–86.
3. Милушев, Е. Неврална терапия – голямата сила на малките игли / Е. Милушев // Физикална медицина, рехабилитация, здраве. – 2010, 2, 28.
4. Пак Чже Ву, Су джок лечебните пръсти / Пак Чже Ву. – София : Лориан, 2007, 62-66.
5. Пак Чжэ Ву, Клинический опыт применения су джок акупунктуры / Пак Чжэ Ву. – М. : Су джок академия, 2001. – С. 86–89.

Материал поступил в редакцию 26.08.16.

USING SU JOK THERAPY TO OVERCOME PAIN SYNDROME AT LUMBAR INTERVERTEBRAL DISK DISEASE

M.D. Albert¹, B.M. Asanova²

¹ PhD, Head of rehabilitation Specialty, ² Head of Medicinal Cosmetics Specialty
Medical University – Sofia
Jordanka Filaretova Medical College (Sofia), Bulgaria

Abstract. The modern lifestyle is a background for development of degenerative changes of the spine. In our experience of pain syndrome treatment associated with intervertebral disk disease, we implemented the model of Su Jok therapy, along with classic methods. The aim of this paper is to present our research on the effect of Su Jok therapy combined with massage and kinesitherapy on healing process of patients with lumbar intervertebral disk disease. The results have shown that complex approach accelerates amelioration.

Keywords: Su Jok, pain syndrome, disease of lumbar disk.