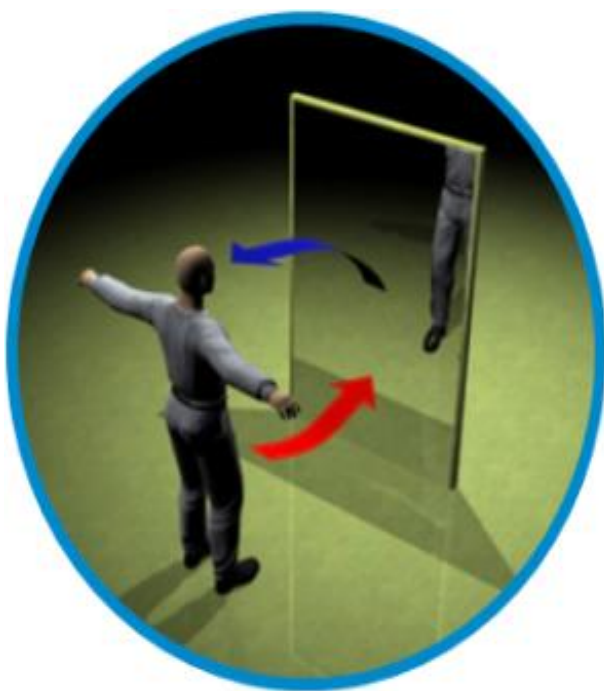


МЕТОД БОС ЯВЛЯЕТСЯ ОДНИМ ИЗ САМЫХ ЭФФЕКТИВНЫХ СОВРЕМЕННЫХ БЕЗЛЕКАРСТВЕННЫХ СПОСОБОВ КОРРЕКЦИИ ФУНКЦИЙ ОРГАНИЗМА, НАРУШЕННЫХ СТРЕССОМ ИЛИ БОЛЕЗНЯМИ!

Биологическая обратная связь (БОС) - это учебный процесс, в котором люди обучаются улучшать своё здоровье и психологическое состояние.

Процедуры Биологически обратной связи реализуются по принципу «физиологического зеркала», то есть информации о том, как работают органы и системы передаются с помощью технических средств.

Во время сеанса Вы в буквальном смысле видите и понимаете те процессы, которые идут в Вашем организме. Это все равно, что пользоваться зеркалом: видя отражение, человек всегда может что-то улучшить в своем облике.



И так Вы получаете возможность самостоятельно управлять работой своих органов и систем, подключая мощные механизмы своего сознания, обучения и памяти.

По сути, Биологически обратная связь, аналогична фитнесу только вместо мышц, мы тренируем функциональные единицы нервной системы..

Самым важным достоинством метода биологического самоуправления является то, что в нем человек из пассивного объекта врачебного вмешательства превращается в активный субъект, который сам определяет свое выздоровление.

Благодаря этому Вы повышаете стрессоустойчивость, наращиваете уровень защитных сил своего организма. В результате регулярных тренировок мозг учится более эффективно использовать ресурсы - улучшается сон, омолаживается организм, повышается эмоциональная стабильность, уходит тревога, улучшается общее физическое состояние, сосредоточенность на задачах и работоспособность.

Одним из самых важных условий для достижения быстрого и заметного эффекта является мотивация больного на излечение и его активное заинтересованное участие в лечении.

ОПИСАНИЕ ПРОЦЕДУРЫ.

Перед началом лечения проводится диагностика с различными тестами, которые позволят определить ваш энергетический потенциал, уровень вашей напряженности, тревожности, склонность к депрессии и т.д. А также выявить личностные особенности на основании наблюдения за собственным дыханием. Кроме этого с помощью показателей Биологически обратной связи вы можете определить ваш биологический возраст, который может отличаться от хронологического. По результатам исследования составляется индивидуальный протокол занятий.

Далее проводится **ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ СЕАНС**: для оценки исходного уровня функционирования организма.

Клиент сидит в удобной позе напротив монитора компьютера.

К грудной клетке клиента подключаются 2 датчика измерения числа сердечных сокращений (ЭКГ), а к голове 3 датчика регистрации биотоков головного мозга (ЭЭГ).

Сигналы ЭКГ и ЭЭГ по проводам поступают на обработку в компьютер.

На мониторе компьютера наглядно и в понятной для пациента форме (диаграмма, таблица) отображаются показатели ДАС (Дыхательная аритмия сердца) и соотношения ритмов мозга (ЭЭГ).



В случае, если графики ДАС и ЭЭГ имеют отклонения от нормы, проводятся **ЛЕЧЕБНЫЕ СЕАНСЫ** на компьютерном комплексе.

В ходе лечебных сеансов клиент последовательно овладевает навыком, как изменять свое дыхание, мышечный тонус и эмоциональное состояние, чтобы управлять изображением на мониторе.

Каждый сеанс заканчивается анализом графиков ДАС и/или ЭЭГ: показатели во время сеанса, сравнение с показателями на предыдущих сеансах. В результате сеансов **ПАЦИЕНТ САМ** приводит к норме свои графики ДАС и ЭЭГ, что **ВСЕГДА СООТВЕТСТВУЕТ** уравновешенному психофизиологическому состоянию.

С целью повышения эффективности используются разнообразные изобразительные и анимационные сюжеты, музыкальное сопровождение. Дополнительно в работе используются расслабляющие медитации с использованием образов природы, а также

медитации, исцеляющие и наполняющие тело энергией.

Длительность сеанса индивидуальна, может варьироваться от 5 минут до получаса, в зависимости от физического состояния пациента, его возможностей и успехов. Курс лечения может включать от 5 до 20 занятий

Каждый сеанс похож на увлекательную игру!

КАЖДЫЙ СПОСОБЕН полностью нормализовать свои графики в ходе лечебных сеансов, а значит - овладеть навыком **САМОСТОЯТЕЛЬНО УПРАВЛЯТЬ** своим состоянием и улучшать свое здоровье и душевное благополучие.

ИЗ ИСТОРИИ МЕТОДА БИОЛОГИЧЕСКОЙ ОБРАТНОЙ СВЯЗИ

В основе принципа биологической обратной связи – работы многих русских учёных по изучению условных рефлексов, в частности И.Сеченова и И.Павлова.

С середины прошлого века метод БОС активно разрабатывали западные исследователи. Параллельно методику биоуправления развивали в Советском Союзе и России. Самые знаковые исследования проводили в научных институтах Новосибирска, Санкт-Петербурга, Москвы, где создавались первые приборы с использованием биологически обратной связи. Сегодня метод БОС тренировок признан официальной медициной ведущих стран как эффективный способ лечения широкого спектра неврологических, ортопедических, кардиологических, урологических, психосоматических заболеваний. Однако дорогостоящим медицинским оборудованием может похвастать далеко не каждая клиника.

Систему биологической обратной связи разрабатывали для тренировки космонавтов, вынужденных длительное время проводить в некомфортных, стрессовых для организма условиях. В гражданской жизни БОС-тренинги оказались эффективны для лиц стрессовых профессий: летчиков, диспетчеров, сотрудников МЧС и т.д. Они помогают эффективно использовать возможности мозга, быстро принимать решение, ориентироваться в сложной, мультизадачной ситуации, контролировать свое психоэмоциональное состояние. В спортивной медицине БОС-тренинги повышают показатели эффективности, тренируют координацию, выносливость. БОС тренировки улучшают тонус мышц, убирают спастичку, восстанавливают координацию. А также БОС-тренинги развивают творческие и умственные способности.

Сегодня принципы биологической обратной связи нашли свое применение и в клинической медицине. Метод биологической обратной связи повышает защитные силы организма, сопротивляемость стрессам, снимает умственное и физическое перенапряжение, служит профилактикой развития психосоматических заболеваний.

ПОКАЗАНИЯ К ПРОВЕДЕНИЮ.

БОС терапия находит все более широкое применение, сегодня ее активно используют не только для лечения, но и в неклинической сфере, для развития умственных и творческих способностей, для повышения эффективности обучения, для улучшения результатов и так далее.

Технологии обратной афферентации позволяют работать как с общими дисфункциями организма, так и с отдельными проявлениями патологии. Чаще всего их используют для лечения заболеваний нервной системы, но сегодня список патологий значительно расширяется, метод обратной связи используют для лечения и профилактики следующих заболеваний:

Гипертоническая болезнь или эпизоды повышения артериального давления – одно из самых перспективных направлений БОС-терапии, количество людей, страдающих от этой патологии, ежегодно увеличивается, а постоянный прием гипотензивных препаратов

вреден для здоровья человека. Умение контролировать тонус сосудов и не допускать выброса гормонов «стресса» гарантирует сохранение нормального давления в сосудах и помогает справиться с гипертоническими кризами и другими проявлениями болезни.

Вегетососудистая дистония. Контроль над собственными реакциями является одним из самых эффективных способов борьбы с этим заболеванием.

Мигрень, головные боли. Очень часто причиной их развития становится спазм сосудов головного мозга, метод обратной связи помогает избежать развития подобных реакций, а значит, избавляет от причины развития болезни.

Синдром нарушения внимания и гиперактивности. Метод обратной связи возможен к применению у детей старшего дошкольного и школьного возраста, при условии достаточного понимания ими сути процедуры.






Бронхиальная астма и другие заболевания, связанные с нарушением дыхания. Приступы удушья, возникающие при этих заболеваниях, тоже можно купировать, научившись контролировать свое дыхание и спазм сосудов.

Невротические нарушения – умение контролировать реакции собственного организма помогает справиться с основными проявлениями этих патологий. Такая терапия может помочь справиться и с энурезом, заиканием, бессонницей и другими нарушениями.

Депрессии – доказана эффективность метода обратной связи при депрессивных нарушениях, пациент, который научился контролировать свои эмоции, достаточно успешно справляется и с любыми проявлениями депрессии. Единственное ограничение – отсутствие мотивации у больного, которое может помешать успешному лечению.

Заболевания опорно-двигательного аппарата и последствия травм и повреждений – сократить период восстановления и сделать его более успешным также можно с помощью метода обратной связи. Он помогает контролировать болевые ощущения и другие негативные симптомы, что очень облегчает и ускоряет выздоровление.

В последние годы терапию начали с успехом применять при таких заболеваниях, как:

-  сахарный диабет 1 и 2 типа;
-  синдром раздраженного кишечника;
-  язвенная болезнь;
-  Болезнь Рейно;
-  эректильная дисфункция.