



УКРАЇНА

(19) UA (11) 15323 (13) U
(51) МПК (2006)
A61N 5/00

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ
І НАУКИ УКРАЇНИ

ДЕРЖАВНИЙ ДЕПАРТАМЕНТ
ІНТЕЛЕКТУАЛЬНОЇ
ВЛАСНОСТІ

ОПИС

ДО ДЕКЛАРАЦІЙНОГО ПАТЕНТУ
НА КОРИСНУ МОДЕЛЬ

видається під
відповідальність
власника
патенту

(54) СПОСІБ ВІДНОВЛЕННЯ ПРАЦЕЗДАТНОСТІ СПОРТСМЕНА

1

2

(21) u200600482

(22) 19.01.2006

(24) 15.06.2006

(46) 15.06.2006, Бюл. № 6, 2006 р.

(72) Гусев Едуард Вікторович

(73) Гусев Едуард Вікторович

(57) 1. Спосіб відновлення працездатності спортсмена, при якому після проведення діагностування пацієнта розташовують в потрібне положення на кушетці та проводять масаж, який відрізняється тим, що масаж проводять масажним вібраційним пристроєм багатofакторної дії, при цьому перед проведенням процедури пацієнт випиває воду, робить повільно кілька разів вдих-видих на весь об'єм легенів, розміщується в потрібне положення на кушетці, вібромасаж пацієнту проводять через вовняну тканину в три етапи: на першому піддають масажу кожну ступню окремо, а на другому та третьому - кисті та ті частини тіла, які цього потребують, дозованими вібраціями за годинникову стрілку, причому процес масажу закінчують прийняттям усередину дозованої кількості води

для вилучення з організму шлаків природним шляхом.

2. Спосіб за п. 1, який відрізняється тим, що повільний вдих-видих застосовують до 3-х разів.

3. Спосіб за п. 1, який відрізняється тим, що пацієнта на кушетці накривають вовняною тканиною.

4. Спосіб за п. 1, який відрізняється тим, що вібромасаж проводять у три етапи.

5. Спосіб за п. 1, який відрізняється тим, що вплив масажного пристрою на кожну ступню пацієнта здійснюють у межах 2-5 хвилин.

6. Спосіб за п. 1, який відрізняється тим, що вплив масажного пристрою на кожну кисть пацієнта здійснюють у межах 1-2 хвилин.

7. Спосіб за п. 1, який відрізняється тим, що воду (бажано структуровану) пацієнт випиває перед та після процедури в межах 200-250мл.

8. Спосіб за п. 1, який відрізняється тим, що на певні ділянки тіла пацієнта здійснюється через вовняну тканину комплексний багатofакторний вплив масажного пристрою «ЕЛЕКТРА», який має насадку з твердого трибоелектрету.

Корисна модель відноситься до медицини, а саме до спортивної медицини, зокрема, до фізіотерапевтичних методів у медико-біологічному способі відновлення працездатності в спорті.

Відомі способи відновлення працездатності в спорті за допомогою педагогічних, психологічних і медико-біологічних засобів [1]. Медико-біологічний аспект проблеми відновлювання спортивної працездатності складається з реабілітації спортсменів під час учбово-тренувального періоду і відновлювання працездатності після перенесених захворювань, травм, перенапруження, тобто - медичної реабілітації, серед засобів якої застосовуються масажні процедури за допомогою апаратів марки АМ-1, «Спорт», «Тонус», «Харків'янка», «Пневмомасаж», вібратор АМ-2 та інші [2, 3, 4, 5, 6].

Недоліком масажних процедур за допомогою вищезгаданих апаратів є вузький індивідуальний спектр впливу, певна незручність у використанні, а значить, недостатня ефективність відновлювання працездатності спортсмена.

Найбільш близьким аналогом заявленого способу є спосіб управління працездатністю спортсмена, який включає масаж та фізичні вправи. Масаж здійснюють шляхом послідовного впливу на шийний відділ справа та зліва, на зони проекції печінки з правого та проекції селезінки з лівого боку хребта. Розтирають шийно-потиличну зону, а фізичні вправи виконують з партнером шляхом короткочасних зусиль спортсмена у переборювальному режимі та поєднують з інтенсивним в ритмі вправи видихом під час напруги [9].

Недоліком цього способу є його мало ефективність.

Задача корисної моделі способу відновлювання працездатності спортсмена за допомогою комплексного багатofакторного впливу на пацієнта універсального вібромасажера «ЕЛЕКТРА», який за певних умов створює ефект інформаційно-хвильової терапії, полягає в тому, щоб шляхом розробки більш досконалого процесу відновлювання працездатності забезпечити скорочення

(13) U

(11) 15323

(19) UA

строків відновлення працездатності спортсмена під час учбово-тренувального періоду, а також після перенесених захворювань, травм, перенапруження і т.і.

Поставлена задача вирішується у способі відновлення працездатності спортсмена, при якому після обстеження спортсмена та визначення стану органів і систем пацієнта планується порядок використання апаратного засобу, відповідно до технічного рішення корисної моделі, як апаратний засіб використовують вібраційний пристрій багатофакторної дії з ефектом інформаційно-хвильової терапії «ЕЛЕКТРА», при цьому перед проведенням вібромасажу пацієнт випиває близько 200мл води (бажано структурованої), робить кілька разів повільний вдих-видих на весь об'єм легенів, розміщується в потрібне положення на кушетці. Вібромасаж пацієнту проводять через вовняну тканину в три етапи: на першому масажують ступні, а на другому та третьому етапах масажують кисті рук і ту частину тіла (спина, сідниці, стегна), яка цього потребує, дозованими вібраціями за годинникову стрілку, а після масажу пацієнт випиває дозовану кількість води для більш ефективного вилучення з організму шлаків природним шляхом.

Повільний вдих-видих застосовують до 3-х разів. Пацієнта на кушетці накривають вовняною тканиною. Кожну ступню масажують у межах 2-5 хвилин. Кожну кисть масажують у межах 1-2 хвилин. Загальний час вібромасажу складає 8-10 хвилин (без урахування часу впливу на стопи та кисті). Після процедури підніматися рекомендується не раніше, ніж через 2-3 хвилини, після чого намагатися звільнити сечовий міхур. Воду, бажано структуровану, пацієнт випиває перед та після процедури в межах 200-250мл.

На певні області тіла пацієнта через вовняну тканину здійснюють комплексний багатофакторний вплив за допомогою вібромасажного пристрою «ЕЛЕКТРА», який має насадку з твердого трибоеклетрету, рухи якої, завдяки конструкції приладу, відбуваються таким чином, що призводять до утворення слабкого електричного та магнітного полів при взаємодії з вовняною тканиною. А при взаємодії між собою магнітне та електричне поля утворюють тепловий потік. Перераховані фактори через певні механізми створюють інформаційно-хвильовий вплив на пацієнта, та всі вкупі - забезпечують найбільший позитивний ефект. Таким чином, за допомогою комплексного багатофакторного впливу на пацієнта універсального вібромасажера «ЕЛЕКТРА» відбувається скорочення терміну відновлення спортсмена, збільшення його працездатності, укріплюється м'язовий апарат, зростає еластичність зв'язочно-м'язового комплексу, значно поліпшується психо-емоційний стан.

Покращення якості та ефективності відновлення спортсмена при використанні комплексного багатофакторного впливу на пацієнта універсального вібромасажера «ЕЛЕКТРА» досягається за рахунок декількох факторів.

Так, посилення природної м'язової вібрації призводить до покращення фільтраційних процесів у тканинах, процесів теплообміну. Це, в свою чергу, збільшує швидкість і об'єм кровотоку в су-

динах (важливо капілярах), включає механізми активізації та відновлення клітин. Домагаючись активного наповнення кров'ю м'язів, можливо регулювати надходження туди біологічно активних речовин, кисню, поживних речовин і забезпечити розщеплення та видалення шкідливих речовин, які накопичились.

При застосуванні універсального вібромасажера багатофакторної дії «ЕЛЕКТРА» в організмі досягається баланс ін'є-ян, поліпшується прохідність каналів цінло, що приводить організм у стан гармонії, балансу та енергетичної наповненості.

Вібромасаж апаратом «ЕЛЕКТРА» різних областей тіла біологічно активних точок (БАТ) і біологічно активних зон (БАЗ) призводить до виникнення місцевої та сегментарної реакції за рахунок впливу на мікроанатомічні структури тіла (в тому числі шкіряні рецептори), що в подальшому викликає розвинення загальної реакції, ввімкненням нейрогуморальних механізмів адаптації та гомеостазу. Від сегментарних утворень нервові імпульси по специфічним і неспецифічним провідним шляхом спинного мозку направляються до підкорково-стовбурних структур (ретикулярної формації, таламусу, гіпоталамусу, гіпофізу, лімбічної системи та інших утворенням) і, нарешті, до кори великого мозку, здійснюючи потужний вплив на нейрогуморальну реакцію організму (змінення вмісту адреналіну, норадреналіну, серотоніну, ацетилхоліну, холінестерази, гістаміну, енкефаліну, ендорфіну), в тому числі на стан гіпоталамо-гіпофізарно-надниркової системи. Під впливом вібромасажного пристрою багатофакторної дії «ЕЛЕКТРА» усувається дісгормоноз адаптивних і стресорних гормонів, посилюється природна м'язова вібрація, покращуються фільтраційні процеси в тканинах і процеси теплообміну. Всі ці зміни призводять до значного поліпшення фізичного та психічного стану спортсмена-пацієнта.

На підставі наявності нервових і гуморальних зв'язків ступнів з каудальними відділами спинного мозку, а кистей рук з VII-VIII шийними дерматомірними сегментами із замиканням у шийному потовщенні встановлено, що локальний вплив на ступні та кисті призводить до включення загальних рефлексорних механізмів відновлення.

Вібромасаж за пропонованою методикою та пристроєм пропонованої конструкції призводить до виникнення слабкого електричного та магнітного полів. Їх взаємодія створює тепловий потік. Ці фактори, а також механічні, вібраційні, рефлексорні, гуморальні, енергетичні та ін. впливають на рух, переміщення електронів у макромолекулі чи групі молекул живого організму, які мають дуже слабкі електронні зв'язки. Внутрішньомолекулярний та внутрішньоклітинний рух зарядоносців пов'язаний з енергетичним механізмом передачі клітині кисню та інших компонентів оточуючого середовища. Електромагнітні взаємодії між біологічними об'єктами різного рівня (від клітин до цілісного організму) створюють умови виникнення та розвитку власних інформаційно-хвильових систем біологічних об'єктів. Взаємодія та обмін інформацією можливі при супернизьких рівнях керуючих сигналів, які забезпечує застосування по нашій методиці універсального вібромасажера «ЕЛЕКТРА» пропоно-

ваної конструкції. Такий інформаційний вплив на організм (у даному випадку через ступні, кисті, хребет, БАТ, БАЗ, рецептори шкіри та м'язів синхронізує інформаційно-хвильові функції клітин та реабілітаційні процеси саморегуляції організму, що створює лікувально-відновлюючий ефект.

Спосіб здійснюється таким чином.

Після огляду лікарем і визначення стану органів та систем пацієнта, планується порядок використання універсального вібромасажера з ефектом інформаційно-хвильової терапії «ЕЛЕКТРА».

Перед процедурою пацієнт випиває близько 200мл води (бажано структурованої). Після процедури випиває ще біля 250мл води, щоб прискорити фільтраційні процеси в нирках і при спорожнюванні сечового міхура видалити шлаки, які накопичилися в організмі.

Перед тим, як лягти на кушетку обличчям униз, пацієнт повільно робить 2-3 глибоких вдихань та поволі видихає. Лежачи на кушетці заспокоюється та намагається розслабитись. Руки, напівзігнуті в ліктьових суглобах, розміщуються по боках. Пацієнт накривається вовняною тканиною, через яку здійснюється процедура, що починається із вібромасажу ступнів: кожна масажується окремо від 2-х до 5-ти хвилин. Потому масажуються кисті рук: кожна окремо та з обох боків, кожна сторона 1-2 хвилини. Після завершення цих дій переносимо вібромасажер «ЕЛЕКТРА» на хрестець. Плавними рухами за годинниковою стрілкою поступово здійснюємо пересування працюючого вібромасажера в ділянці попереку, хрестця, сідниць та задньо-бокової поверхні стегон. Далі рух іде в зворотніх напрямках: хрестець, поперек, спина, шийно-комірцева область. Закінчуємо процедуру на хрестці.

Загальний час процедури дорівнює 8-10 хвилинам (без урахування часу впливу на ступні та кисті). Процедура проводиться 1-2 рази на день. Курс лікування, як правило, складається 10-15 сеансів. Після процедури перевертатися та підніматися пацієнту рекомендується не раніше ніж через 1-2 хвилини, після чого намагається звільнити сечовий міхур.

Приклад клінічного застосування запропонованого способу. Хворий Д., 1955р.н., тренер з хокею на льоду. Скарги на сильні болі в ділянці попереку та м'язах спини, що обмежує нахили вперед, порушує нічний сон. Лікувався з 30.11.2004р. по

17.12.2005р. Хворому проводились вібромасаж за пропонуваною нами методикою в комплексі з голковколюванням. Всього проведено 15 сеансів лікування. Досягнута стійка ремісія.

Спосіб, що пропонується для відновлення працездатності в спорті (використання комплексного багатofакторного впливу на спортсмена-пацієнта універсального вібромасажера з ефектом інформаційно-хвильової терапії «ЕЛЕКТРА») прискорює відновлення спортивної працездатності, збільшує швидкість максимально швидких довільних рухів, збільшує силу м'язів та еластичність зв'язочно-м'язового комплексу, сприяє розширенню периферійних судин (у тому числі капілярів), поліпшенню кровообігу та кровотоку, значно поліпшує психо-емоційний стан. Вібромасаж виконується за допомогою зручного пристрою, що значно полегшує працю масажистів і дає змогу за один і той же час обслужити значно більше спортсменів. Спосіб зручний у використанні, має високу ефективність. Створює для пацієнта приємні відчуття та забезпечує загальнооздоровчий ефект. Може застосовуватись як самостійно, так і в комплексі.

Запропонований спосіб розроблено автором і використовується ним на практиці.

Джерела інформації:

1. Зотов В.П., Восстановление работоспособности в спорте. - К., «Здоров'я», 1990. -197с.
2. Бирюков А.А., Кафаров К.А., Средства восстановления работоспособности спортсмена. - М., «Физкультура и спорт», 1979. -152с.
3. Буровых А.Н., Зотов В.П., Восстановительный массаж в спорте. -К., «Здоров'я», 1981. 104с.
4. Дубровский В.И., Массаж: поддержание и восстановление спортивной работоспособности. - М., «Физкультура и спорт», 1985. -208с.
5. Зотов В.П., Спортивный массаж. -К., «Здоров'я», 1987. -198с.
6. Никандров А.В., Потапенко И.П., Шапочников В.И., Вибрационный массаж как активное средство восстановления и стимулирования двигательной деятельности спортсменов. Сб.науч.тр. -Л., ЛНИИФК, 1975. -С.143-168.
7. Федоров В.Н., Вибрационный массаж. -М., «Физкультура и спорт», 1971. -56с.
8. Геселевич Л., Медицинский справочник тренера (2-е изд., перераб. и доп. -М., «Физкультура и спорт», 1981. -272с.).
9. UA 30403 А.