

*Мудрый Господь несомненно
оставил лекарство в доме,
где живет душа.*

Э. Т. Стилл

(основатель остеопатии)

ГЛАВА ПЕРВАЯ

Шарлатаны или врачи?

Остеопатия. Шарлатанство или медицина?

Остеопатия. С чем её едят? Что это за штука такая?

Любой остеопат может часами говорить о ней в восторженных тонах, эмоционально размахивая руками, или делая взгляд задумчивым и глубокомысленным, устремив его куда-то в высшие сферы. Это так.

Как правило, пациент, задав робкий вопрос: «А что же это такое со мной сейчас будут делать?», и, услышав в ответ длинную тираду с кучей таинственных слов, поймёт лишь то, что он ничего не понял, но это будет явно не массаж и не мануальная терапия. Это что-то такое, что вытащит наружу и уберёт из его организма причину всех его страданий, причем, как правило, не из того места, где у него болит. Это заинтриговывает, а вкупе с тем, что процедура безболезненна и, как правило, после двух или трех приёмов действительно наступает облегчение, приводит человека в восторг. Вот, мол, годами ходил по врачам и ничего, а тут за голову подержали, в кишках покопались, позвонками щёлкнули, под ребро залезли, и – на тебе! – всё прошло.

Спросите у такого человека, а знает ли он, в чём же суть остеопатического лечения? Он пожмёт плечами и добавит, что, мол, не знает точно, но это просто «чума» какая-то, чудо одним словом.

Так давайте, не растекаясь мыслью по древу, разберёмся, а что же чудесного в остеопатии? Или это просто обман, шарлатанство?

Начнем с определения ОСТЕОПАТИИ.

Но, сначала анекдот.

Как-то раз явился остеопату «САМ».

– Узнал? – спрашивает.

– А то. Ты всемогущий, всеведающий, всеблагодой...

– Ну, хватит, давай к делу, – перебил «САМ» остеопата. – У меня хорошее настроение, а ты отличный малый, людям помогаешь. Давай, как в ваших земных анекдотах, три желания.

– Хорошо, – остеопат подошел к окну. – Хочу машину. Смотрит, ба! Появилась. Ленточкой перевязана, с бантом на крыше.

– Ты, – говорит «САМ», – всякие мелочи-то не загадывай. Желаний всего два осталось.

– ОЖ, – говорит остеопат. – Хочу к брату в Америку. Чтоб дом мой был двухэтажным, с двумя гаражами, в каждом по бентли, с двумя бассейнами и стоял рядом с его домом. Чтоб жена – красавица, трое детей, две собаки и работа управляющим в банке. Чтоб...

– Погоди, – говорит «САМ». – Что-то это очень круто, не кажется тебе? Один межконтинентальный перелет чего стоит. Давай, что попроще.

– Хорошо, – остеопат задумался. – Скажи мне, что такое остеопатия.

– Ну, это, – «САМ» наморщил лоб. – Так что ты там про Америку говорил, а?...

Это ирония, да простит мне сам «САМ». Но что же это за чудо такое, которое и ни в сказке сказать, ни пером описать?

Вот человеку посоветовали сходить к остеопату. Допустим, у человека этого запоры частые и поясница ноет. Но он не спешит к остеопату сразу. Видели мы дураков, ага. Он обращается к всезнающему И-нету. Есть там такое кладбище, простите, склад знаний – Википедия. Что она ему скажет?

Термин **ОСТЕОПАТИЯ** происходит от сложения двух греческих слов: *os* (кость) и *pathos* (заболевание). По другим данным: «кость» и «путь» от английского *path* (путь, тропа). Тут, вроде бы, всё понятно. Остеопаты лечат кости. Кости?

Наверно, подагра или остеопороз, думает человек. Болезнь Бехтерева, или к перемене погоды старый перелом болит. У детей, бывает, кости растут быстро и болят; а при гриппе, как говорят в народе, кости ломит. А у меня поясница, думает, и там позвонки, а это кости. Может, правда, сходить?

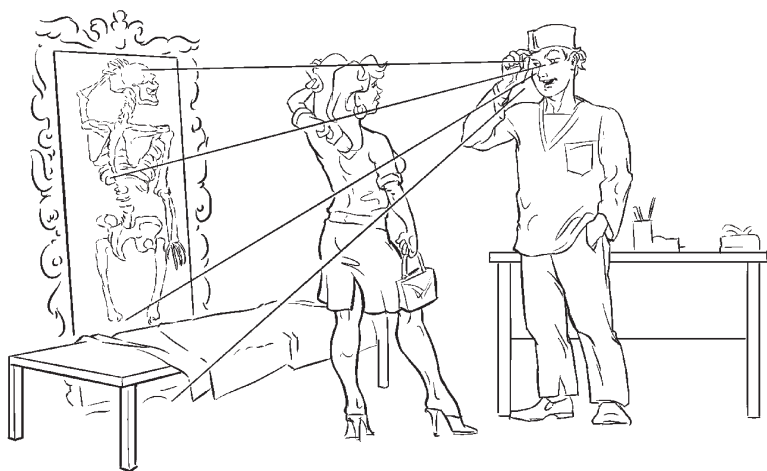
Нет. Сначала дочитать надо. Читает:

«Это система альтернативной медицины». Смотрит по ссылке, что это за зверь такой? Альтернативная, то есть не традиционная. А это что? Это собирательное название методов, претендующих на способность лечить (предупреждать) болезни, эффективность которых не была доказана научно. Типичными примерами являются гомеопатия, натуропатия и другие (акупунктура, остеопатия, акупрессура, биоэнергетика, вибрационная медицина, гипнотерапия, мануальная терапия и прочее).

Ф-у-у-у, ну, наконец-то, разобрался. Остеопатия – это то, что претендует на способность лечить, причём наукой не доказана эффективность этого лечения. А, значит, это всё – что? Правильно, – шарлатанство и магия. Ура, товарищи или господа! Я их вывел на чистую воду. Они коварные обманщики. Вроде лечат, а доказательств-то нет. Хотя те, кто порекомендовали к этому остеопату сходить, говорят, что помогло. Но это не в счёт. Внушили себе просто или гипноз какой. Ладно, что там дальше?

Читает дальше: «...рассматривающая в качестве первичной причины болезни нарушение структурно-анатомических отношений между различными органами и частями тела – остеопатическую дисфункцию. Разновидность мануальной терапии, а также диагностика наложением рук».

Наложение рук? Ну, ребята, тут уж вообще вы выше головы прыгнули. Остеопаты – люди-рентгены, экстрасенсы, так надо понимать? Кто там у нас наложением рук диагностировал и лечил? Библию не читали, нет? Короче, всё ясно.



Новсёже, навсякийслучай, смотрит сайты остеопатических центров. Там что?

Вот он залез в поисковик И-нета и выбирает. Так. Перечень лечебных услуг остеопата в этом центре, в этом... А в этом? А в том? Пациент видит, что любой остеопат лечит все. ВВВВСССССЕЁЁЁЁЁЁ!!!! ВСЁ, понимаете?!

А кто у нас, якобы, лечит всё? Правильно. Маги или шарлатаны.

Друзья, кто к нему ходят, к остеопату этому, которого и мне пытались подсунуть, говорят, что он, кроме вправления костей и позвонков, ещё и живот мнет, в рот залезает, за диафрагму дергает и в голове копается, в смысле что-то с ней делает, положив на нее руки. А если надо, и в прямую кишку пальцем может. Что-то не вяжется с названием – болезни костей... Обман получается. Один обман.

Подводит этот человек итоги:

Название «остеопатия» не соответствует тому, что лечит остеопат на приёме. Лечил бы остеопороз, понятно было бы. А лечит он, как заявлено в перечнях медицинских услуг, почти всё: от геморроя до ангины, включая болезни спины и желудка, плоскостопие, аутизм и задержку развития у детей. А ещё и женщин к родам готовит, а некоторых и от бесплодия избавляет, только ему и ей известно как.

Кто у нас может лечить почти всё, или, по крайней мере, заявлять это? Ответ: шарлатаны и маги.

Результаты лечения остеопатов не подтверждены научно, значит это нетрадиционная (альтернативная) медицина. То есть её не преподают в медакадемиях, а те, кто практикует остеопатию, кто угодно, но не врачи. Далее читай пункт второй.

Он собирается уйти со странички, но глаза выхватывают продолжение статьи. Раздел «Остеопаты России». Интересно.

Читает: «Приказ №1183 Министерства здравоохранения РФ "Об утверждении номенклатуры должностей медицинских работников и фармацевтических работников» от 2012 г. Зарегистрировано в Минюсте РФ 18 марта 2013 г. Регистрационный №27723, в приложении к которому добавилась должность «врач-остеопат».

В 2013 году был зарегистрирован Приказ Министерства образования и науки №1061 «Об утверждении перечней специальностей и направлений подготовки высшего образования». Присвоен код специальности «ОСТЕОПАТИЯ».

В номенклатуру медицинских услуг включены первичный и повторный приём (осмотр, консультация) врача-остеопата.

Опа-па! Так остеопат в России – это всё-таки врач? Не целитель, не ведун какой, не шаман? Уже есть такая специальность и должность? А как же насчёт «не доказано научным методом»? Это получается, в официальной медицине у нас появились врачи шарлатаны и маги? Куда смотрит государство? Или, всё-таки, есть доказательная научная база?

Он выходит из «Википедии» и отправляется в путешествие по просторам И-нета в надежде найти ещё информацию об остеопатии. И что он выясняет?

В США первая школа остеопатии была открыта в 1892 г доктором Эндрю Тейлором Стиллом. Там во всех штатах остеопатия официально сосуществует с классической современной медициной уже с 1973 года, как самостоятельная медицинская дисциплина. В Европе она широко распространена. В 1993 г. остеопатия официально признана в Великобритании. В 2007 году во Франции. У нас ей 20 лет от роду, а признана официально в 2012-13 гг.

Пока человек переваривает полученную и столь противоречивую информацию, я продолжу своё повествование.

Как оказалось, не надо никому ничего доказывать, всё уже доказано до нас и не нами. Хотя и у нас потихоньку скопилось приличное количество научных трудов, несмотря на молодость этого направления в медицине.

Уже лет 20 как в РФ качественно обучают врачей-osteопатов, выпускают около 100-150 грамотных специалистов в год. Посчитайте, сколько их выпущено за 20 лет такими темпами на всю Россию. Мало!

Переучиться на остеопата (получить вторую медицинскую специальность) в РФ могут на сегодняшний момент только врачи: неврологи, терапевты, педиатры и травматологи. В 2016 г. список будет расширен. Обучают будущих остеопатов в Русской высшей школе остеопатической медицины (РВШОМ). Обучение длится три года. Или в институте остеопатии Мохова при СПбГУ и СЗГМУ им. И. И. Мечникова. Тоже три года. Обязательно выдаётся документ установленного образца. Можете зайти на официальные сайты, посмотреть. Там же списки выпускников. Есть и другие школы, но о качестве обучения в них ничего сказать не могу. Существуют Русская и Российская остеопатические ассоциации, куда входят выпускники вышеуказанных учебных заведений. У ассоциаций есть сайты.

Так что не смотрите Википедию в поисках ответа на вопрос, что такое – остеопатия. Там частично устаревшие и не совсем корректные данные.

А что до названия ОСТЕОПАТИЯ, то да, оно не изменилось. Вобрав в себя с конца 18 века, кроме лечения опорно-

двигательного аппарата, ещё и работу с черепом, оболочками мозга и мозгом, внутренними органами и прочее, она стала чем-то иным. Но как назвать такого врача, который руками лечит всё вышеперечисленное? Врач общей практики (ВОП)? Он тоже и швец, и жнец, и на дуде игрец. Но остеопат лечит руками, а ВОП нет. Может, мануальный терапевт? Прекрасно, но посмотрим, что значит «терапевт». Терапевт – это врач, занимающийся лечением нехирургических проблем внутренних органов и систем организма. Так что мануальный терапевт, по идее, должен лечить руками внутренние органы, а он всё больше к спине, к позвоночнику прикладывается. Да и остеопаты этим не брезгают, а тут ещё и кости черепа, и твёрдая мозговая оболочка с ритмом ПДМ (первичный дыхательный механизм) в придачу. Так как? Может, мануальный ортопедонейротерапевт (сокращенно МОНТ или МОНТОЛОГ; надо запатентовать название).

Тут тебе и череп с мозгом, и позвоночник, и внутренние органы. Нет, никто не стал придумывать новые названия для специальности. Просто оставили старое, как дань памяти великому доктору Э. Т. Стиллу, разработавшему остеопатию.

Современное определение остеопатии в России такое:

это холистическая (то есть рассматривающая организм в целом, а не в частях) мануальная медицинская система профилактики, диагностики, лечения и реабилитации последствий соматических дисфункций, влекущих за собой нарушение здоровья, направленная на восстановление природных способностей организма к самокоррекции.

Соматические – от др. греч. «сома» – тело, т. е. соматические – телесные.

Дисфункция – затруднение, нарушение в осуществлении процесса (здесь – жизнедеятельности).

Главное тут вот что.

Телесные дисфункции могут привести к нарушению здоровья. Это и есть их последствия. Но они часто (и к счастью) обратимы. Поэтому, задействовав способность тела к самокоррекции, дисфункцию можно убрать, а значит, поправить здоровье.

К примеру, обратимыми дисфункциями могут быть:

– дискинезия – дисфункция печени и желчевыводящих путей или кишечника.

– боли в позвоночнике и суставах.

– «застойные» головные боли.

И дискинезия, и боли в спине, и головные боли – это лишь следствия, обратимые дисфункции, которые «кричат» болью, обращают на себя внимание. У них могут быть сотни причин. Первичное повреждающее воздействие на ткани изменяет их структуру. Эта ткань находится, как правило, вдали от места манифестирующего симптоматикой. Она не болит, молчит, так как тело её компенсирует, меняя положение в пространстве, но, создавая напряжения в других местах. И если эти первичные изменения в тканях были приобретены недавно (месяцы, годы), то все поправимо. Убери «молчаливую» причину, уйдут напряжения (компенсации) и исчезнет болезненная дисфункция вдали от неё. Организм все поправит. Самокоррекция.

Тут не имеются ввиду острые состояния, когда, где болит, там и было воздействие на ткани только что (часы, дни). С ними к остеопатам, как правило, не обращаются, а бегут к другим специалистам: с травмами к травматологам, с инфекциями к инфекционистам, с язвами к терапевтам, с невралгиями к неврологам и т. д. И это правильно.

Но, если после первичного повреждения и его компенсации, появления напряжений и тяг, вследствие которых где-то, когда-то появилась боль, прошли десятки лет, а проблемой человек не занимался (многие любят потерпеть, надеются, что само пройдет), или лечение было симптоматическим, развивается совсем иное состояние. Эта боль становится хронической. Местно, в больных тканях, начинаются процессы фиброза, склероза, некроза из-за стойкого нарушения кровоснабжения. То есть развиваются необратимые органические изменения. И тут остеопат уже мало чем поможет, даже стимулируя способности тканей к самокоррекции и воздействуя на причину. Как говорится, приплыли, господа. Поздно пить боржоми. Здесь, как кому «повезет». Кому цирроз, кому артроз, кому геморрой, кому грыжа диска огромных размеров. Хотя...

Анекдот.

Лежали как-то в реанимации Вера, Надежда и Любовь. Надежда умерла последней.

Простите за чёрный медицинский юмор. Это не значит, что остеопат не будет работать с человеком, у которого цирроз печени или давний инсульт с последствиями. Просто результат может быть нулевым, а может быть и нет. Общее состояние часто улучшается. Остеопат должен об этом пациента проинформировать. Способности к самокоррекции сохраняются у нас всю жизнь. Только чем мы старше, тем их меньше. Наш внутренний доктор стареет вместе с нами. А там, на всё воля Божья.

А есть такие болячки, где остеопату вообще делать нечего. Более того, нельзя.

Отсюда вывод. **ОСТЕОПАТИЯ – НЕ ПАНАЦЕЯ.** У неё есть показания и противопоказания (относительные

и абсолютные). Правда, что радует, соотношение показаний и противопоказаний примерно 100 к 1.

Абсолютные противопоказания:

- острые хирургические заболевания,
- лихорадочные состояния,
- острые инфекционные заболевания (и хронические в обострении),
- системные заболевания крови,
- кровотечения,
- системные заболевания соединительной ткани в обострении,
- острый артерио-, флебо- и лимфо- тромбоз,
- легочно-сердечная недостаточность и недостаточность кровообращения III степени,
- аневризмы аорты и сердца,
- гипертонический криз,
- острый коронарный синдром,
- ЧМТ (сотрясения и ушибы мозга), острый период,
- ОНМК (инсульты) острейший период, в т. ч. спинальные,
- травматические повреждения позвоночника и суставов в острый период,
- острые и подострые заболевания оболочек мозга,
- ранний послеоперационный период,
- гнойные процессы.

И врач осторожно работает с пациентами, у которых одно из следующих состояний (**относительные противопоказания**):

- остеопороз,
- аномалии краниовертебральной зоны (аномалии: Арнольда-Киари, Киммерле).
- болезнь Бехтерева,
- грыжа диска в шейном отделе в остром периоде,
- злокачественные новообразования любой локализации,
- доброкачественные новообразования (активный рост).

Генетически обусловленные заболевания – отдельный разговор. Я считаю, что остеопат тут не эффективен. Хотя есть мнение, что при некоторых таких заболеваниях остеопат может облегчать состояние. Но не вылечить. Это понятно.

А что же касается всех остальных бед мешающих нам жить в добром здравии, добро пожаловать к остеопату. Показаний – море, если не океан.

Подведём итог и закончим с официальной частью.

1. Остеопат в РФ – это врач, имеющий соответствующий диплом и сертификат специалиста установленного в РФ образца.

2. Остеопатия – это дисциплина, которая существует с конца 19 века, а в России с 2012 г. относится к официальной медицине. Правда, методы её воздействия на организм сугубо мануальные, но эффективность их зарегистрирована и подтверждена научными методами исследований, как в РФ, так и в других странах мира. Это система профилактики, лечения, реабилитации, направленная на восстановление природных способностей организма к самокоррекции.

3. Остеопатия на 100% работает только с соматическими дисфункциями, носящими обратимый характер. Она мало эффективна там, где необратимо нарушена структура (органика) тканей, но таким пациентам возможно убрать сопутствующие соматические дисфункции, улучшить жизнеспособность и общее состояние здоровья.

4. Остеопатия имеет показания и противопоказания, как любая медицинская дисциплина. То есть она не лечит всё.

ГЛАВА ВТОРАЯ

Структура определяет функцию

– Простите, а Вы не экстрасенс или, может, маг какой? – спросил пациент.

– Я МАГ по первым буквам инициалов – Малютин Андрей Геннадьевич, – отшутился я.

– А мне говорили, что Вы чудеса творите.

– Не я, а Вы. Остеопат только указывает путь.

Остеопатия – поле чудес. Давайте посмотрим, так ли это?

Снова Википедия: «Магия – понятие, используемое для описания системы мышления, при которой человек обращается к тайным силам с целью влияния на события, а также реального или кажущегося воздействия на состояние материи: символическое действие (обряд) или бездействие, направленное на достижение определенной цели сверхъестественным путём.»

Лично меня не учили в Русской высшей школе остеопатической медицины заклинаниям и специальным обрядам для вызова духов и руководства ими с целью помочь пациенту. Я не разучивал методик вхождения в транс, чтобы

узнать у духа, как мне лечить кого-то, а бубен видел только по телевизору. Я не знаю заговоров и целительных снадобий. Мне не преподавали методик экзорцизма и отпугивания враждебных сил с помощью амулетов и оберегов. Никто не показывал мне, как гадать на кофейной гуще, воде или картах, а заодно и узнавать судьбу. Я не втыкал иголки в кукол и не составлял гороскопы. Может быть, мне это просто забыли показать, или я проболел семинар.

В общем, мне как-то не повезло. Видно, не туда пошёл учиться. Экстрасенсорика, ее ясновидением, яснослышанием, телепатией и телекинезом тоже как-то не упоминалась ни разу. Даже как-то неинтересно.

А чему учили? В основном анатомии и физиологии (нормальной и патологической). Пришлось напрягаться. Поднимать пласты академических знаний. Правда, выяснилось, что у человека всё далеко не всегда так, как нарисовано в атласах. Их, атласы эти, извините, с трупов рисуют.

Очень серьёзно изучались:

1. Подвижность костей и суставов скелета в норме и при патологии, в том числе, костей черепа.

Вот тут был сюрприз. Оказалось, что кости черепа подвижны до старости. Если в череп засыпать бобов и залить водой, он вскоре развалится на составные косточки. Бобы, как известно, разбухают, впитав воду. Согласитесь, что если бы череп был цельным, скорее бы в нём расплющило бобы. А большинство людей думает, что череп – это монолит.

2. Подвижность фасций, внутренних органов и мануальные подходы к ним.

А они, эти органы, оказывается, двигаются у нас внутри. Диафрагма перемещается при дыхании вверх – вниз, а за ней

и внутренности. И каждая по своим осям. А то натыкались бы друг на друга. Осями для них служат связки, сосуды и прочее. Посмотришь, например, в атлас: тут кишка должна быть. Ручками полез к ней, а она не там, а выше или ниже. В целом, конечно, внутренние органы у всех нас в одних и тех же местах, но подвижность у всех разная. И этой подвижности (или отсутствия оной) в медицине не придается никакого значения. А зря.

Есть еще и собственная подвижность сердца, кишечника, желудка, мочевого пузыря и т. д. – их сокращаемость.

3. «Флюидические» движения тела. (ПДМ – первичный дыхательный механизм, поддерживающий циркуляцию ликвора в головном мозге и спинно-мозговом канале позвоночника, а в целом – витальность организма. Обеспечивается синхронной подвижностью затылочной кости и крестца с определенной амплитудой, силой и частотой. В норме – до 12-14 движений в минуту).

На эти знания нанизываются и отрабатываются практически разнообразные техники коррекции, коих около 1000. Конечно, остеопат их все не помнит. Каждый выбирает по себе, что в руки ляжет. Это возможно, так как для коррекции какой-либо структуры даётся по несколько техник и подходов. Поэтому остеопаты лечат по-разному, а эффект один – здоровье.

И не надо забывать, что база (три года) у всех одна, а вот последипломных семинаров много. Выбирай, не хочу. Преподаватели – известные французские, российские, канадские, английские, израильские остеопаты. Врачи-osteопаты постоянно учатся, ибо нет предела совершенству.

Но если вы пришли к остеопату, а он вокруг вашего тела пассы делает, камни к вискам прикладывает, над пупком

шепчет или весь сеанс вас за пятку держит, то это, скорее всего, не остеопат, а понимаете – кто?

А настоящий остеопат указывает путь тканям, двигая их, растягивая, сжимая, поворачивая, добавляя вибрацию и прочее. А затем отходит в сторону и наблюдает. Надо это вашему телу – оно включит резервы и начнёт исцеляться. Не надо – все останется, как было. Хуже не будет. Но обычно бывает надо. И лучше.

Как взаимосвязаны структура организма человека и его функционирование?

Кратко об этом было в первой главе. Подробнее так.

Пока в организме всё в порядке, ткани, органы, суставы (и прочее) функционируют нормально.

Как только произошло повреждение ткани, уменьшилась подвижность, возникло нарушение функции в месте повреждения и местах, с ним связанных, организм старается выполнить компенсацию, чтобы восстановить функцию.

И это часто получается. Но, вы же понимаете, что стало не так, как было. Остаются фиксации и ограничения подвижности, которые мы не замечаем. Но как раз они через взаимосвязи – натяжения фасций, мышц – могут вызвать нарушение подвижности и дисфункцию в других местах. И их тело уже компенсировать не может, хоть и пытается. Именно поэтому боль в спине, например, может появиться спустя несколько лет после перенесенного гепатита, пневмонии или травмы, скажем, травмы лодыжки.

Человек, понимаешь, на девушку засмотрелся, оступился, стопу подвернул. Стопа распухла, он её полечил. Кажется, что всё прошло. Стопа компенсирована, но несколько страдает её сгибание, связки остались напряжены. Это неприятно, но жить можно, да и не болит ведь. Человек об этой неприятности

со временем забывает. Но его походка уже изменилась, нагрузки на таз и спину стали другими из-за задействованных напряжений, идущих от стопы. И вот повернулся он неудачно, напряглось уже давно напряжённое, и – здравствуй, боль. Только этого поворота для полного счастья не хватало. А не была бы лодыжка повреждена, можно было бы жим штанги от груди до 100 лет делать без всякой боли в спине.



У вас может сложиться впечатление, что все зависит от структуры. На самом деле, все зависит от того, когда вы обратитесь к остеопату. Если, как можно раньше, то лечение будет эффективным, потому что лечить надо будет обратимое нарушение функции. Серьёзных симптомов и органических поражений ещё не возникнет.

В случае появления органических повреждений тканей обращаться к остеопату чаще всего поздно. Например, при коксартрозе первой степени остеопат, работая местно (в том месте, из-за которого компрессия в суставе появилась) и с самим суставом, его связками и мышцами, может значительно отсрочить операцию, а может, её и не придётся делать никогда. При второй степени болезни остеопат поможет фифти-фифти (50 на 50). А если сустав полностью заблокирован, тут, извините, остеопат не поможет вовсе. Только операция. Ну, или: маги, целители и ведуны. Шутка.

Так что же остеопат делает своими руками? Куда их прикладывает?

Вот этот человек с больной спиной замучился. В мыслях его – общий птоз, в душе – нутряная грызь. Не помогают таблетки и уколы. Так, на время вроде лучше становится. Раздражительный стал, злой. Но, собрался с духом, отбросил предрассудки и пришёл к остеопату.

Тот ему спину посмотрел, живот помял, за голову подержал, но больше как-то лодыжку обрабатывал. Туда её сюда, стопу вертел, под коленкой щупал. Всё, говорит, идите.

Пошел человек. Спина болит ещё, но вроде поменьше. Зря, думает, я приходил и деньги потратил. Так и заснул с этой мыслью. Деньги, о-о-о, это важно.

А утром на работу проспал. Носится по квартире, под душем стоит, бутерброд дожевывая. Быстрее, быстрее. Дверь. Подъезд. Машина. Работа. Фу, успел вроде. Расслабился. И тут понимает, что проспал-то потому, что спина у него ночью не болела. И сейчас не болит.

Что у него было? Произошло повреждение лодыжки, нарушилась подвижность, возникло нарушение функции в месте повреждения. Организм выполнил компенсацию,

функция полностью не восстановилась, но боль поутихла. До поры до времени. А потом вдруг отозвалась в спине, да как!!! Жизнь не мила стала.

И тогда остеопат кладёт свои руки на то место, где частично нарушилась подвижность, – на лодыжку, он восстанавливает движение и предоставляет организму возможность «исправиться». Само-то тело не смогло, но за него часть работы выполнил врач-osteопат. Почему бы телу на «халяву» не восстановить и функциональность? И организм восстанавливает её. Теперь спина уже не болит. Да и стопа двигается туда-сюда. Чудо! Ура!

Чудо для больного. А для врача ещё одно подтверждение давно известного, высказанного великими врачами: наш организм – единое целое. Ведь ещё Авиценна говорил, что лечить надо не орган, а организм. То, что надо лечить не болезнь, а больного, не раз повторял знаменитый Боткин. И это же утверждал его современник Стилл – основатель остеопатии.

В теле все взаимосвязано, как во Вселенной. Известно высказывание, что при определенных условиях даже взмах крыльев бабочки может вызвать ураган на другом конце Земли, а капля пресной воды с айсберга – всемирный потоп.

Так и у нас. Взаимосвязь идёт через сосуды, нервы, связки, мышцы, фасции, кости и т. д.

Любое повреждение тканей: вследствие травмы, инфекции, интоксикации, стресса, отравления и Бог знает чего ещё, приведёт к нарушению подвижности и их функции – это причина. Тело борется, как может. Компенсирует проблему, оставляя на поле боя измененные ткани. Оно избавляется от боли и дискомфорта, частично жертвуя местной функциональностью. В этом месте становится не так, как

было. Но из-за этого возникает напряжение в других тканях, кажется, далеко отдаленных от причинного места. Ведь всё взаимосвязано. Возникнет соматическая дисфункция, зависящая от причины. Можно сказать – вторичная дисфункция. Это, уже следствие. И только врач-osteopat понимает, что может быть так: болит плечо, а это из-за печени: там нелады. Заболел тазобедренный сустав? Оказывается, удаляли аппендикс, после которого образовались спайки. Через время аукнулось. Стоит ли лечить следствие? Нет. Osteopat ищет причину.

Понимаете, о чём я?

Выходит, что ОСТЕОПАТ ЛЕЧИТ НЕ НАСТОЯЩЕЕ, А ПРОШЛОЕ.

Расскажу байку, а может правду?

Была в Англии скаковая лошадь. Чемпион чемпионов. Сегодня забег.

А он, конь то есть, встал и ни с места. Что делать? Уговаривали, сахаром заманивали. Нет. Не идёт. Врачей позвали. Те посмотрели. Здоров говорят конь, как конь. Что за напасть?!

Тут кто-то говорит, что, мол, надо позвать остеопата ветеринарного. Позвали. Пощупал он коню бока, под хвост ему заглянул, в рот посмотрел, и говорит, что зуб чемпиону надо подточить на нижней челюсти. Подумали. Подточили. А что делать-то: ставки сделаны, господа. Конь помотал головой и пошёл. Не знаю, выиграл он или нет. Не в том дело.

А в чём? В чём причина-то?

Спросили у остеопата, а при чём тут зуб? А он говорит, что, дескать, из-за него прикус неправильный. А из-за этого в теле мышцы напряглись, фасции. А из-за этого яичко из мошонки

в паховый канал втянуло. Больно коню было. Вот подточили зуб, яичко вывалилось на место, и порядок.

Вот вам и единое целое. Казалось бы, где зуб, а где яйцо.

Итак, ещё раз: если происходит повреждение структуры – ограничится её подвижность, а затем нарушится функция. Такой вот алгоритм. Подвижность ограничивается из-за реактивного спазма связок, напряжения фасций и мышц, отека. Спазмированные или отечные ткани получают меньше крови. Приток и отток её нарушаются. Возникает боль из-за сдавливания и ишемии нервов.

«Артерия первична», – так говорил Э. Стилл. Именно этот принцип делает остеопатию практически универсальной лечебной практикой. Согласитесь, где нет крови или где ее застой, там нет жизни. Так остеопат ставит конечной целью своего воздействия нормализацию кровообращения в тканях. Где оно нарушено? Да там, где нет подвижности. Значит, дай подвижность извне, руками. Тогда и компенсации, и напряжения, а за ними и боль уйдут сами собой.

Так, а что же делает наше тело? Как спасается само? Что за компенсации такие оно осуществляет? Как неподвижные структуры могут восстановиться сами? Откуда кровь взять?

Вот боль у человека в боку. И тут тело говорит, ладно, помогу, и клонится в сторону, где есть функциональное нарушение, или повернётся как-нибудь: там таз развернёт, тут плечо поднимет. В общем, в пространстве поменяет своё положение, чтоб неподвижное могло двигаться, тогда кровь придёт. А там и функция восстановится в этом месте – это все и есть компенсация. И... О чудо! – Мы выздоравливаем. Только чуть кривоваты стали. Но это на первых порах незаметно.

На самом деле мы все кривые. Да. Да. Мы живём в королевстве кривых зеркал. Подойдите к зеркалу. Посмотрите внимательно на себя любимого. Ну что? Идеал?

А чего это одно плечико ниже другого, а головка чуть влево повернута и наклонена, а ключички не на одном уровне? На одном? А талия симметрична? Может, где вогнута больше? Пупок в сторону не увело? Смотри, колени-то на разном расстоянии от пола, а одна стопа в сторону откидывается, если лечь. Хватит?

Ну и что, скажете? Ничего не болит ведь. Правильно. Пока не болит.

Ведь это всё – компенсации. Самокоррекция.

Наш организм готов терпеть издевательства жизни над собой довольно долго. Кому повезёт – лет до пятидесяти. Там заболело – нагнулся организм в сторону; тут застой желчи – развернулся куда-то. И человек вроде здоров, как бык, радуется жизни. И так годами. А потом? Потом всё. Там потянуло, тут засвербело, здесь кольнуло и заболело. А иногда все одновременно. Наш внутренний доктор выдыхается. На всё его начинает доставать. Компенсации одних проблем создали множество напряжений в других частях организма. Им нужен только повод, чтобы начать митинги протеста. Провокация какая-нибудь.

Хотя бы такая: вставили человеку штифт в челюсть, чтоб новый зуб на него нарастить. В кости напряжение появилось, связки спазмировались, челюсть перекосило. Но незаметно, правда. Главное – зуб теперь есть. Жевать можно. А через некоторое время у человека таз развернулся, поясничные позвонки наклонились друг к другу, на хрящ стали давить. Ну, и ладно. Человек-то этого не ощущает. Так можно до 100 лет дожить. Нет. Ему надо было шкаф дома подвинуть или

гирьку поднять, для здоровья. А тут в поясницу и вступило. Ой, больно! Давай к неврологу. Тот на МРТ. А там грыжа, в пояснице. Все, отподнимался, атлет. Давай теперь НПВС (нестероидные противовоспалительные средства), витамины, миодокалм и физиотерапию. Вроде помогло. А через год опять. Что за напасть? Зато жевать может.

Чем старше человек, тем больше на него сыплется проблем. Организм всё компенсирует, создавая новые тяги и напряжения. Постура (положение тела в пространстве) меняется. Оно начинает испытывать перегрузки там, где их не было. И ждёт момента, когда произойдет провокация.

Просмотри, что ты ешь, пьёшь, чем дышишь, где и с кем живёшь, кому нервы мотаешь, а кто тебе? То есть стрессы были? Ножки, ручки ломал, или, может, головкой где ударился, или тебя по головке приложили? С санок на копчик падал? А может, операция какая была? А как тебя рожали? Может, кесарево сечение было или щипцами тащили? Гепатитом не болел ли? Не будем говорить про психосоматику. Это вообще отдельная песня. Был у человека испуг – почки полетели. Или, желчь от злости не туда идёт.

Мы продолжаем жить в привычном для нас ритме и окружении, не замечая периодически валящихся на тело проблем. Ведь они разрешаются, где сами, а где с помощью медицины. А наше тело изменяется после всего вышеперечисленного. И ему до времени хватает сил выдерживать устоявшийся ритм жизни со всеми напастями, валяющимися на нас. Хватает сил терпеть наши чревоугодные грешки. Но когда-то наступает срыв. Там, где всё уже готово. Там, где перегрузки.

А по каким схемам у данного человека в его родном организме всё протекает, одному Богу известно. Он уже

жизнь прожил. Набрал дисфункций с компенсациями, да необратимых повреждений, то есть – органики разной.

Поэтому остеопат просто ищет в теле человека то, что не двигается. Для этого ему чувствительность в руках нужна. А зная анамнез, анатомию, нормальную кинетику тканей и учитывая то, что нашёл, он может только предположить, откуда у человека это и почему. А так же, связано это место с тем, где болит, или нет.

Врач предполагает, а тело располагает. И оно в тысячи раз умнее эскулапа. Поэтому на вопрос: «Почему и как у меня это всё развилось?» – правильный ответ будет такой (Внимание!): от жизни.

Как лечит остеопат?

А он не лечит.

Как так?

Он находит неподвижные структуры и предлагает им движение в рамках физиологии, которое сам организм уже не в состоянии выполнить. Кровь пойдёт по сосудам. Обрадуется тело и решит, что так и надо всё зафиксировать и фиксирует.

Вылечил остеопат пациента? **НЕТ.**

Он предложил исцеляться организму пациента самому. Он дал программу, а организм решает, необходимо ли ее выполнять. И если организм согласен, то дальше остеопат только наблюдает и поражается этим безграничным возможностям тела к самокоррекции. Такой своеобразный лечебный процесс.

Получается, что остеопат указывает организму путь к гармонии, лишь предлагая ему программу для исцеления. Он старается сделать неподвижное подвижным. А дальше на все воля тела пациента и Бога. Врач успешно работает

с соматическими дисфункциями, носящими обратимый характер.

Старые проблемы, вызвавшие необратимые повреждения тканей и удерживающиеся давними компенсациями, остеопату почти не подвластны.

Это проблемы, как правило, имеющие давний 15, 20, 30 летний срок существования. Но это не значит, что с ними не надо работать. Их невозможно, а иногда и нельзя, убрать полностью, но облегчить состояние и значительно улучшить качество жизни таким пациентам можно. Ведь согласитесь, что, например, боль в тазобедренном суставе и хромота хуже, чем просто хромота.

Но, что потом? После остеопатических сеансов?

Если человек изменит свою жизнь – а каждый из нас знает за собой грешки – проживёт он долго и счастливо без боли и прочих неприятностей.

Как это, спросите Вы? А, просто. Курите – бросьте. Пьете – завяжите. Зарядку делайте, как раньше. А не делали никогда – начните. Душ холодный по утрам. На ночь не ешьте, и вообще не увлекайтесь. Водичку пейте, не чай с компотом, а водичку. На работе из-за компьютера вставайте раз в 2 часа и разминайтесь. По выходным в парк или театр, а не на диван к телевизору. В общем, сами знаете. Надо уметь совершать маленькие аскезы. Вот с завтрашнего дня не на лифте домой, а пешочком по лестнице. Слабо? На людей не злитесь и сами их не злите. Вам нахамили, а Вы в ответ здоровья пожелайте. И вообще, людей любите. Как-то так. Понимаете? В противном случае, всё вернётся, появится боль и тогда, милости просим. Остеопат рад помочь.

ГЛАВА ТРЕТЬЯ

Вопросы.

Что лежит в основе остеопатии?

– Структура управляет функцией. Болезнь – это следствие изменения положения частей тела. Здоровье – это состояние, когда все части тела на местах и работают нормально.

– Тело – единая структура.

Наступите кошке на хвост. Она заорёт. Терапевт заткнёт ей рот таблеткой, хирург отрежет язык, остеопат попросит убрать ногу с хвоста (Шутка.)

– Тело может самоизлечиться. В нём есть всё для этого действия.

Как Вы можете всё так чувствовать, доктор?

Чувство осязания есть у всех. Действительно, у кого-то может быть больше рецепторов в коже ладони, у кого-то меньше. Поэтому и чувствуем руками мы по-разному. Но чувствуем все. Вот, например, слепых обучают чувствовать пальцами текст. И они начинают его «читать». А зрячий так сможет? Да. Всё дело в тренировке.

Рецепторы можно натренировать. Возьмите в руки шарик, расслабьтесь, сосредоточьтесь на ощущениях от его текстуры. Все мысли вон. Только о шарике. Если получится так усидеть минут десять, вы вдруг поймете, что шарик сжимается, разжимается или хаотично двигается.

Вопрос: а он может двигаться? Он же резинка, не более. Правильно, не может. А что же тогда?

Дело в том, что вы почувствовали движение своих тканей, а шарик – только ретранслятор. Но если вы можете их, эти

движения, ощутить, то почему бы не ощутить движения тканей у пациента?

Ведь у нас всё двигается. Надоть только уметь абстрагироваться от ощущения своих тканей. А это уже опыт. Потрогайте человек 500 – получится и у вас.

Бред, скажете: шарики. Хорошо. Положите на стол нитку, а сверху пачку стандартных листов бумаги; на них – руку и попробуйте определить, как там эта нитка лежит. Не получается. И у меня тоже.

А если начать убирать листы? Останется сколько-то, через которые вы прощупаете нитку. Поделайте так с месяц. Уверю: количество листов над ниткой прибавится.

Можно и попроще. Положите руку на подушку, прижмите чуть. Запомните ощущения. А теперь отвернитесь, а кто-то пусть под нее положит книгу. Повернитесь и снова положите руку на подушку.

Изменилось что-то? Стало твёрже? Нет.

Ну, тогда возьмите простыню за два края и разверните перед собой. Глаза закройте. А ваш помощник пусть на неё эту книгу бросит, вытащит из-под подушки и бросит. Тяните простыню на себя потихоньку. Когда до книги дойдёт натяжение ткани, вы ощутите сопротивление и сможете сказать, с какой стороны на простыне лежит книга. Получилось. Наконец-то. Есть у вас чувствительность.

Можете в семью остеопатов вливаться.

Не забудьте только медакадемию сначала закончить, специальность получить (невролога, например), а потом ещё и остеопатическую школу.

Доктор, а от Вас такая энергетика идёт. Я чувствую. И ладонь у Вас тёплая.

А от вас не идёт? У всех нас есть нервы. По ним биоток бежит. Электромагнитные волны во все стороны льются. Конечно, энергетика, кто спорит. А ладони тёплые потому, что врач сосредотачивается на чувствительности. Кровь к ним приливает, к ладоням, как в желудок соляная кислота при виде пищи.

Как можно определить причину моих страданий в теле, не понимаю?

Можно так. Представьте, что вы доктор, и любой пациент, который к вам зайдёт, есть эталон красоты и совершенства. Даже если он кривой и косой, пахнет от него плохо, и внешне он вам не приглянулся. Уберите эмоции. Наслаждайтесь совершенством. И вдруг...

Да, да. Среди «красоты» становятся отчетливо видны изъяны. Как чувствуется ложка дёгтя в бочке мёда. Это значит – посмотреть на человека в общем. Но это трудно. Поэтому остеопаты пользуются тестами.

Вот идёте вы по дороге, а сзади вас окликают. Вы что? Обернётесь?

А если вас толкнут локтем в толпе, вы толкнете в ответ? А если это бугай со страшной рожей? Тогда скажете вполголоса, себе под нос: «Вот, козёл». В общем, как-то отреагируете.

Остеопат же заходит сзади, и руку пациенту на голову кладет. А зачем? А затем, что в момент прикосновения к вашей голове ваше тело куда-то качнётся. Это и будет сторона, где у вас плохо. Где нет движения. Тело всегда защищает наклоном место, где у него болит, и в этом месте всегда будет блок подвижности. Потому что тело стоит на страже. Ударят

в бок – согнётесь. Почка болит или легкое (плевра) – ходите скрюченные в сторону больного органа. Уловили?

А уж как больное место определить, это в РВШОМ идите учиться. Там вам про этот тест подробнее расскажут.

Доктор, а почему у Вас всегда глаза закрыты? Вы видите руками?

Отчасти так. Дело в том, что когда отключен один анализатор чувств, обостряется восприимчивость других. Например, известный факт: у слепых резко обостряется слух. Так и здесь: глаза закрыты – руки лучше чувствуют.

Работают ли остеопаты с пожилыми людьми?

Остеопатии все возрасты покорны.

Как часто можно посещать остеопата?

Я была у остеопата на 10 сеансах раз в три дня. Так всё болело. А у вас всего 4-5 процедур с разницей в неделю, две, три, а то и месяц.

Повторный прием остеопата должен быть не менее, чем через неделю. Организм должен адаптироваться к сеансу, так как мануальная практика – это привнесение некоей программы в ваше тело. Телу необходимо время для того, чтобы принять её или отвергнуть. Более частая работа приводит к стрессу тканей, и возможно появление дискомфорта и боли. В любом случае, после 2-3 сеансов человек должен чувствовать значительное облегчение.

Если этого не происходит, то ИЛИ:

– остеопат работает с органическим (необратимым) повреждением тканей;

– имеется психосоматическая дисфункция (необходима консультация психолога, психотерапевта, а иногда и психиатра);

– в организме идет процесс интоксикации, нарушение метаболизма (необходима консультация гомеопата или специалиста классической современной медицины – эндокринолога, токсиколога, терапевта или более узких спецов – гепатолога, нефролога и проч.);

– остеопат работает не там и не так.

С профилактической целью к остеопату необходимо обращаться раз в три – шесть месяцев.

Как остеопатия относится к официальной медицине?

Мы дружим. Тем более, что мы сами относимся к официальной медицине.

А к лекарственной терапии?

Любой остеопат имеет за плечами опыт работы по первой специальности и в рамках её может дать необходимую консультацию и рекомендации (не путать с назначением терапии). Или направить к профильному специалисту.

Какой ортопедический матрас мне купить? Или подушку?

Если бы был остеопатический матрас, я бы сказал. Такого, к сожалению, нет. Поэтому, все вопросы к ортопеду. Моё личное мнение: хорош тот матрас и та подушка, после которых спина и шея не болят месяцами.

Лечит ли остеопат аллергию?

Остеопат стимулирует процессы саморегуляции в организме. Так что опосредованно – да. Но здесь остеопат лишь один из специалистов, необходимых пациенту.

А бесплодие?

Некоторые виды женского бесплодия удачно лечатся остеопатическим методом.

В том числе, значителен процент пациенток, обратившихся к остеопату за помощью после неудачных ЭКО. Потом они благополучно становятся матерями.

Подводя итог, хочу сказать:

Будьте здоровы!

Этого желают вам доктор остеопатии Андрей Малютин и коллектив центра «Остеопат» доктора Кутузова.


Выражаю отдельную благодарность за оформление этой брошюры удивительному, доброму человеку Борюшкиной Ольге Игоревне, ее дочери Анастасии и внучке Василисе Дмитриевым.

Центр **Остеопат** *доктора Кутузова*

Центр «Остеопат» – это специализированная остеопатическая клиника, в которой вы найдете долгожданное избавление от боли в спине, головных болей и множества других проблем. Наши специалисты – дипломированные доктора остеопатии признанных Российских и зарубежных школ с многолетним опытом, которые работают ради вашего здоровья!

Направления нашей работы:

- Устранение болей и дисфункций позвоночника (остеохондроз, спондилез, грыжи, протрузии и пр.) и опорно-двигательного аппарата.
- Улучшение осанки, возвращение позвоночнику гибкости и силы.
- Эффективная помощь при головной боли, мигрени.
- Реабилитация после травм, операций, тяжелых заболеваний.
- Устранение дисфункций внутренних органов.
- Остеопатическое лечение детей, включая синдром гиперактивности (СДВГ) и ДЦП.
- Остеопатическая помощь беременным в подготовке к успешным родам.
- Миокоррекция – лечебная гимнастика по индивидуально подобранной методике.

Москва,  Алексеевская,
ул. Староалексеевская, дом 8

+7 (499) 390 09 65

+7 (903) 160 33 66

пн-сб 10.00 - 20.00

info@doctorkutuzov.ru

www.doctorkutuzov.ru