

Doplnkové akupunktúrne metódy v liečbe bolesti

MUDr. Alena Ondrejčovičová, PhD.

ACHB a akupunktúry, Poliklinika Mýtna, Bratislava

Ludstvo sa zaoberá liečbou bolesti a ochorení už od počiatku svojej existencie. V priebehu tisícročí sa opakovane stretávalo s metódami, ktoré miernili obtiaže alebo dokázali urýchliť hojenie tela. Niektoré metódy zanikli, mnohé zostali a používajú sa dodnes. Ich úlohou je nastoliť rovnováhu vnútorného prostredia nenásilným, pre živý organizmus ekologickým spôsobom.

Kľúčové slová: akupunktúra, akupresúra, moxibuscia, vákuumterapia, magnetoterapia.

Complementary acupuncture methods in treatment of pain

The Mankind treats illnesses since their existence. In passage of time people were coming across methods, that were calming down some problems or were able to hurry up healing of a body. Some of the methods died out, many of them survived and are used till today. Their task is to establish new balance of inner environment by non-violent and ecologic way which is acceptable for a living organism.

Key words: acupuncture, acupressure, moxibustion, cupping therapy, magnetotherapy.

Paliat. med. liec. boles., 2009, 2(2): 73–76

Úvod

*Kto premáha druhých, je silný,
Kto premáha seba, je mocný.*

Tao Te ťing. (4)

Akupunktúra - v preklade pichanie ihlou, je jednou zo súboru metód komplexnej tradičnej medicíny. Používa sa k cieľnému ovplyvňovaniu organizmu špecifickým postupom - dráždenie presne určených miest kožného alebo slizničného povrchu tela, ktoré sa nazývajú účinnými alebo aktívnymi bodmi. Technikami, ktorými možno aktívne body stimulovať a v súčasnosti sa dožívajú renesancie, sú okrem samotnej akupunktúry aj akupresúra (pôsobenie tlaku), moxibuscia (pôsobenie ohňa), vákuumterapia (pôsobenie podtlaku), statické alebo pulzujúce magnetické pole (magnetopunktúra).

Modernými technikami, ktoré sa používajú v súčasnosti v konvenčnej medicíne a možno nimi ošetrovať aj aktívne akupunktúrne body sú: elektroakupunktúra a elektropunktúra (pôsobenie elektrického prúdu) svetelným lúčom (fototerapia, laseroterapia), ultrazvukom (sonopunktúra), zavádzaním roztokov do aktívnych bodov (farmakopunktúra). V článku bližšie popíšeme štyri historicky najstaršie doplnkové techniky akupunktúry.

1. Akupresúra

Akupresúra je obdobou akupunktúry, ale namiesto ihliel sa používa **tlak**. Akupresúrne môžeme tlačiť na aktívne body radou spôsobov: prstom, nechťom, palcom, zápalkou, hlavičkou špendlíka. Najčastejšie sa používa bruško prsta.

Akupresúru v jej najjednoduchšej podobe (hlavne s cieľom tíšiť bolesť) používa človek už od pradávna. O existencii akupresúry ako metódy, s ktorou možno dosiahnuť úľavu pri rozličných ťažkostiach sa človek sám presvedčí vtedy, keď v rozličných momentoch, napr. pri poranení, pri páde, zakopnutí, ale aj pri bolesti hlavy, tvárovej bolesti a pod. zmierni svoje ťažkosti tlakom na citlivé miesta.

Postupne, v priebehu dlhých rokov, sa takto zhromažďovali poznatky o existencii určitých zvláštnych miest na tele a možnostiach ich využitia. Vďaka pozorovaciemu talentu, usilovnosti, trpezlivosti prastarých liečiteľov sa tieto poznatky overovali, upresňovali, triedili a odovzdávali ďalším generáciám. Jedným z dôležitých pozorovaní bolo, že spomínané miesta majú podobu bodu, a že ich možno podráždiť nielen vpichom ostrého predmetu (používala sa rybia kosť, ostrý kameň, trieska), ale aj tupým predmetom priamo na koži alebo na sliznici. Takto sa krôčik za krôčikom vyvíjal a zdokonaľoval zložitý systém bodov, vlastne celá náuka, ktorá sa preverovala opakovaným experimentom v praxi. Možno povedať, že ide o jedinečný experiment v dejinách medicíny. Bol to akýsi klinický pokus, ktorý vykonávali tisíce liečiteľov na miliardách pacientov v priebehu niekoľkých tisícročí (9). O jeho úspešnosti svedčí fakt, že metóda, ktorou sa pokus vykonával, sa zachovala do dnešných čias, pretože zo skúseností vieme, že v konkurencii ostojí len to, čo je účinné a ostatné praktiky upadnú skôr či neskôr do zabudnutia.

Samotný výkon akupresúry je bezbolestný, preto ho dobre znášajú aj deti, starí ľudia a osoby, ktoré sa boja vpichu. Akupresúra na rozdiel od akupunktúry **je metódou s menšou cieľ-**

nosťou liečebných zásahov a tým aj s väčším rozptýlením pôsobenia na regulačné systémy organizmu. Jej liečebná účinnosť preto nie je taká veľká a intenzívna ako pri akupunktúre, no práve preto, že sa vykonáva dlhší čas, dosahuje celkovo dobré výsledky. Samozrejme najmä vtedy, ak sa aplikuje v počiatočných štádiách ochorenia, už pri jeho prvých príznakoch. Možno ju používať aj ako preventívnu metódu na odstránenie únavy, vyčerpania, na zlepšenie celkovej výkonnosti a na dlhodobé ovplyvňovanie chronických bolestivých stavov, funkčných porúch či iných symptómov (7). Časovo je síce náročnejšia ako akupunktúra, avšak vzhľadom na to, že nevyžaduje nijaké pomôcky, možno ju ako samoliečbu vykonávať prakticky všade, nielen doma, ale aj v zamestnaní, v čakárni či v prostriedku hromadnej dopravy. Nespornou výhodou je aj možnosť použiť ju pri poskytovaní prvej pomoci (napr. pri kolapse, šoku a podobne), samozrejme iba ako súčasť bežne používaných resuscitačných postupov. Ako súčasť prvej pomoci sa môže použiť aj na tlmenie bolesti pred príchodom lekára alebo počas prevozu do nemocnice. Pravidelne vykonávaná akupresúra u chronikov je pomerne účinný spôsob na prevenciu či oddialenie recidív ochorenia alebo na spomalenie postupu choroby. Ak sa vykonáva ako súčasť komplexnej liečby indikovaného ochorenia, pozitívne spolupôsobí vo väčšej či menšej miere na konečný výsledok liečby.

Filozofické základy akupunktúry a akupresúry

Filozofické základy akupunktúry aj akupresúry vychádzajú z filozofie Taoizmu. Univerzálnosť Taoizmu bola v jeho precíznom

pozorovaní prírody, ktorej je človek neoddeliteľnou súčasťou a je vo vzťahu k neustálym zmenám s okolím. TAO ako celok sa skladá z dvoch princípov nazvaných **jang a jin**. Obidva pojmy sú v protiklade. Jednota sveta TAO sa dosahuje večnou osciláciou medzi nimi, ich vzájomne sa podmieňujúcim zrodom a zánikom i dynamickým vyrovňaním rovnováhy. Podľa starovekých filozofov ide o trvalý proces ustavičných premien všetkého kozmického a pozemského. Vesmír i jednotlivci sa predstavujú v harmonickom kmitaní medzi dvoma pólmi, medzi princípom jang a princípom jin (obrázok 1). Zákon ustavičného boja a dynamického vyrovňovania panuje tak v prírode a v kozme, ako aj v organizme človeka. Spánok sa strieda s bdením, po vdychu nasleduje výdych, činnosť srdca je pravidelným striedaním systoly predstavujúcej kontrakciu a aktivitu - jang, a diastoly predstavujúcej pasivitu a relaxáciu - jin. Teda aj všetko v človeku tvorí jednotu iba vďaka pôsobeniu jang a jin. Ak sú v rovnováhe, panuje súlad v organizme a vo vzťahu organizmu a prostredia, to znamená zdravie. Ak však dôjde k nerovnováhe, k prevahe jedného z princípov, vedie to zákonite k oslabeniu druhého (prejaví sa to ako porucha v kolobehu životnej energie, ako nesúlad životných pochodov a z toho resultujúce ochorenie organizmu. Najťažšie prípady nesúladu znamenajú smrť organizmu.) (10).

Oscilácia dvoch princípov v živom organizme predstavuje pohyb energie po dráhach (akupunktúrnych) a je **modelom životnej sily nazývanej čchi**. Podľa predstáv starovekých čínskych filozofov je čchi akýmsi fluidom života, ktoré ovláda, riadi a spája všetky orgány a koordinuje ich funkcie. Je formou energie, ktorá oživuje hmotu i seba a je tak podstatou a funkciou života. Život organizmu je teda prejavom čchi. Ale čchi okrem toho ustavične prúdi telom v podobe energie jang (prebieha hlavne na povrchu a organizmus chráni pred škodlivými vplyvmi z okolia) a jin (koluje vnútri tela a vyživuje vnútorné orgány).

Energia čchi sa delí na energiu duševnú (mentálnu) a energiu materiálnu (telovú). Podľa svojho pôvodu má čchi 3 formy: prvotnú a dve druhotné. Prvotná forma, tzv. vrodená, fundamentálna čchi vzniká spojením zárodočných buniek a človek ju získava do vienka od svojich rodičov. Po narodení sa uchováva v obličkách. Medzi druhotné formy čchi patria: energia nebies (vzduchu), ktorú človek získava pri prvom vdýchnutí (sídlí v hrudníku), a energia zeme, ktorú organizmus získava s prvým sústom potravy (sídlí v hornej časti brušnej dutiny). Po

Obrázok 1. Grafické znázornenie Jang a Jin

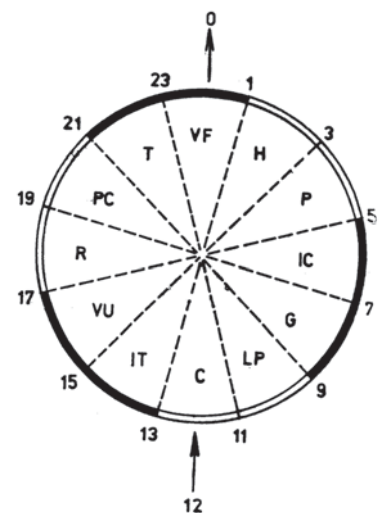


narodení sa všetky tri formy energie zmiešajú. Vzniká tak pôvodná prvopočiatková čchi, ktorá je najdôležitejšia. Predstavuje vlastnú životnú energiu, výkonnosť a od narodenia postupne narastá spolu s rastom človeka a jeho výkonnosti. Vrchol dosahuje okolo tridsiateho roku, potom sa postupne vyčerpáva, začína jej ubúdať a človek pomaly chradne. Miera jej opotrebenia závisí aj od spôsobu života. Rozumnému človeku, ktorý sa usiluje žiť v súlade so zákonmi prírody, ubúda pomalšie. Na druhej strane nezriadeným životom sa predčasne premrá a človek už ako mladý chradne a stráca svoju výkonnosť. Časť čchi sa spotrebúva činnosťou organizmu, preto sa musí ustavične dopĺňať a obnovovať. To zabezpečuje dýchanie a príjem potravy. Čchi sa potom vytvára v jangových dutých orgánoch (fu). Jinové plné orgány (cang) slúžia ako skladišťa a distribučné centrá čchi (9).

Energetický kolobeh prebieha po dráhach idúcich pozdĺžne živého organizmu, dráhy sú medzi sebou prepojené kolaterálami - dráhami luo, ktoré pôsobia na reguláciu hladín ich energetickej náplne. Fungujú ako stavidlá, ktoré v prípade poruchy môžu energiu čchi zadržať, za normálnych okolností nimi však voľne preteká. Napokon prostredníctvom čchi a aktívnych bodov, ktoré fungujú ako vstupy do biokybernetického systému, sa organizmus dostáva do kontaktu aj s okolitým svetom, s prostredím, v ktorom žije, a ktoré ho formuje i pretvára. Takto sa aj človek stáva integrálnou súčasťou kozmu a vytvára s ním univerzálnu harmóniu (10).

Kolobeh životnej energie predstavuje akúsi energetickú vlnu, ktorá sa šíri celým organizmom. Jej vrchol prechádza striedavo jednotlivými orgánmi počas 24-hodinového cyklu tak, že maximum energetickej náplne (funkčnej aktivity) je v každej dráhe (a v každom orgáne) dve hodiny. Tento kolobeh tvorí tzv. **orgánové hodiny** (obrázok 2). Ich poznanie je dôležité

Obrázok 2. Orgánové hodiny



H – hepar, pečeň

P – pulmo, pľúca

IC – intestinum crassum, hrubé črevo

G – gaster, žalúdok

LP – lien-pancreas, slezina a slinivka brušná

C – cor, srdce

IT – intestinum tenue, tenké črevo

VU – vesica urinaria, močový mechúr

R – ren, oblička

PC – pericardium, obal srdca

T – tres igni, žľazy s vnútornou sekréciou

VF – vesica fellea, žlčník

nielen pre diagnostiku, ale aj pre liečbu, lebo v čase maxima a minima funkčnej aktivity možno príslušnú dráhu najlepšie ovplyvniť. Úlohou správne vykonávanej akupunktúry, akupresúry i ostatných modifikácií je uviesť obe formy existencie a kolobeh čchi v dráhach do rovnovážneho stavu a dosiahnuť uzdravenie, teda obnoviť súlad a harmóniu.

Indikácie a kontraindikácie akupresúry

Medzi najdôležitejšie a liečebne najúspešnejšie indikácie akupresúry patria bolestivé, kŕčové a spastické stavy, poruchy funkcie vegetatívneho nervového systému, poruchy funkcií vnútorných orgánov a chorobné stavy spojené s nedostatočnou odolnosťou a obranyschopnosťou organizmu.

Kontraindikáciami akupresúry sú gravidita, vykonávanie liečby u pacientov s neurčenou diagnózou (s výnimkou poskytovania prvej pomoci pri život ohrozujúcich stavoch), hemofília a iné krvácavé stavy, závažné ochorenia srdca, infarkt myokardu, pooperačné stavy pľúc, obličiek a pečene, prenosné kožné ochorenia, vnútrohruďné krvácanie, vnútrobrušné krvácanie, krvácanie do mozgu. Samoliečba akupresúrou je kontraindikovaná pri nadmernej únave, celkovom vyčerpaní, potení a palpitáciách. Pri nádorových

Obrázok 3. Moxa. Rôzne druhy.

ochoreníach možno akupresúru vykonávať iba ako súčasť protibolestivého pôsobenia.

2. Moxovanie – liečba ohňom

V čínskej literatúre existujú početné diela, ktoré sa zaoberajú špeciálne touto problematikou. Prvá zmienka je v diele konfuciánskeho filozofa Meng-c' (asi 374–289 pred n.l.). V klasickom diele z dynastie Tchang (618–907 n.l.) si môžeme nájsť aj špeciálne návody. Mnohé články o potrebe terapie prehrievaním sa nám zachovali z dynastie Ming (1368–1644 n.l.). V priebehu mnoho storočí sa metódy a oblasť používania prehrievania neustále zdokonaľovali a dosiahli vysokú úroveň (6).

Pri moxovaní používame **teplo, ktoré vzniká pomalým horením vlákien rastlinky paliny** (palina pravá, *Artemisia vulgaris*, česky pelyněk). Teplo z tlejúceho zdroja preniká do svalov, prehrieva dráhy a dráhové obeh, podporuje cirkuláciu životnej energie (čchi), krvný obeh, odstraňuje stagnáciu a dopĺňa spotrebovanú čchi. Podľa predstavy tradičnej čínskej medicíny je podmienkou ľudského života jangová a jinová energia. Keď má človek dostatok tejto energie, môže žiť, ak sa energia stratí, človek zomiera. Podľa princípov jang-jin pri oslabení jangovej energie sa zosilní jinová energia, človek pociťuje chlad a slabne. Z toho vyplýva, že prehrievaním sa môže jangová energia zosilniť. Klinické výskumy ukázali, že prehrievanie je veľmi účinné pri prevencii a udržaní zdravia. Neobyčajne často sa pri liečení mnohých ochorení uvádza 36. bod dráhy žalúdka (cu-san-li), ktorého profylaktické prehrievanie ochraňuje pred mnohými infekčnými ochoreniami a udržuje ľudí zdravými.

Moderná medicína zistila pri laboratórnych výskumoch **vplyvov prejavov prehrievania aktívnych bodov na funkciu organizmu** nasledujúce skutočnosti (2):

Obrázok 4. Vákuumterapia

- pôsobenie tepla na presne určené body má vplyv na systém bunecnej výstelky ciev a dutín, zvyšovanie imunity a podporuje obranné sily organizmu,
- prehrievanie kože uvoľňuje látky, ktoré majú vplyv na systém telesných tekutín, centrálnu nervovú sústavu, prostredníctvom ktorej sa pozitívne ovplyvňujú narušené funkcie organizmu,
- obnovujú sa nervové regulácie v organizme, normalizujú sa procesy podráždenia a útlmu,
- reakcie cievneho systému sa prejavujú zaťažením a následným rozšírením ciev, spomalením pulzu a pozitívnym ovplyvňovaním krvného tlaku,
- urýchľuje sa vylučovanie žlči a ovplyvňuje sa pohyb čriev,
- pozitívne sa mení množstvo krvotvorných a lymfotvorných látok (erytrocyty, trombocyty, leukocyty),
- existujú údaje o liečebnom účinku dymu tlejúceho palinového vlákna, ktorý má baktericídne vlastnosti pri zápalových procesoch. Zdrojom tepla tlejúceho vlákna sú infračervené paprsky s vlnovou dĺžkou 1–5 mikrometrov. V momente intenzívneho tlenia je v ohnisku teplota až 825°C.

Na moxovanie sa používajú rôzne pomôcky s palinou (obrázok 3). Sú formované do kužeľov rôznych veľkostí alebo cigár, klobúčikov, existujú samolepiace moxové kónusy alebo sa používa tzv. horúca ihla. Metódy prehrievania sú viaceré. Najbežnejšími sú **tepelné moxovanie**, kedy cigareta alebo moxový kužeľ zostáva na jednom mieste. Tlejúci koniec je umiestnený asi 1–1,5 cm od pokožky, prípadne je položený na podložke (soľ, zázvor), pričom opatrne pôsobíme na akupunktúrny bod. Ak pacient necíti bolesť, je všetko v poriadku. Teplo musí byť ukladňujúce, príjemné. Tepelné moxovanie pôsobí povzbudivo.

Moxovanie nazvané „zobanie vrabca“ je striedanie pocitu ostrého pálenia, ktoré rýchle mizne po odtiahnutí cigary. Pri neustálom striedaní pocit bolesti prechádza. Na každý bod sa pôsobí cca 5 min.

Pri **žehliacom moxovaní** doslova žehlíme tkanivo, pohybujeme zapálenou cigaretou nielen nad ohniskom bolesti, ale aj v jeho širokom okolí. Teplom pôsobíme bez prerušenia 3–12 minút. Žehliaca forma moxovania pomáha prekonať škodlivé vplyvy vonkajších faktorov a má ukludňujúce účinky. Väčšina dôležitých bodov, ktoré majú reflexné väzby s vnútornými orgánmi, sa nachádza na chodidlách. Pôsobíme na ne striedavo.

Indikácie a kontraindikácie moxovania

Hlavnou indikáciou moxovania sú chronické ochorenia dýchacích ciest, chronická zápcha, ale aj hnačky, menštruačné poruchy, neplodnosť žien i mužov, reumatické ochorenia, degeneratívne ochorenia bedrových kĺbov. Pretože moxovanie má imunostimulačný účinok, doporučuje sa podávať pri hypotenzii, depresiách, stavoch vyčerpanosti a chladu, v rekonvalescencii.

Úplnou kontraindikáciou je moxovanie v gravidite, u malých detí na mäkkých častiach lebky, v blízkosti prsných bradaviek. Neodporúča sa podávať v čase silného menštruačného krvácania, pri horúčke, pri neklude.

3. Vákuumterapia – „bankovanie“

Mechanická stimulácia aktívnych bodov a okolitých tkanív podtlakom je stará niekoľko tisíc rokov. O tejto liečebnej metóde sú prvé zmienky z Mezopotámie z obdobia asi 3300 rokov pred n.l., zachovali sa písomné pamiatky z Egypta, Indie aj Číny asi 2000 rokov pred n.l. Bankovanie detailne popisuje aj Hippokrates (400 r. pred n.l.), Galenos aj Paracelsus. V historických dobách sa k „bankovaniu“ používali všetky možné duté predmety, aby sa z podráždenej kože odsal hnis alebo krv. Krvácanie malo odvieť ochorenie von z tela. Používali sa rôzne dostupné pomôcky, napr. kravské rohy, bambusové trubky, vydľabané tekvice (1). Používalo sa tzv. suché „bankovanie“, ale aj krvavá metóda, kde sa koža najskôr porušila skarifikáciou a potom sa založili banky (obrázok 4). Vákuumterapia bola rozšírená doslova po celom svete. Ústup zaznamenala v 30. rokoch 20. storočia napriek tomu, že pomôcky na túto metódu už boli zo skla a k podtlaku a sanii krvi sa používala elektrická pumpa (3). K ústupu baniek prispel aj vynález antibiotík a liekov znižujúcich horúčku.

V dnešnej dobe je renesancia vákuumterapie. Ako je známe už z dôb Heada a McKenzieho, ochorenie vnútorných orgánov signalizuje výskyt tzv. ashi body (**trigger bb**). Sú to **alarmové body** a špeciálne na tieto miesta sa prikladajú banky.

Pokiaľ prehmatáme chrbát zdravého človeka, nikde u neho nenájdeme zatvrdliny, gely, necitlivé miesta. U pacienta, ktorý trpí nejakým ochorením sa nachádzajú predovšetkým na chrbte a pozdĺž dráhy močového mechúra alarmové body, na ktoré sa prikladajú suché teplé banky.

Výsledkom suchého „bankovania“ je hyperémia cieľového orgánu, ktorá stimuluje utlmený metabolizmus a tiež aktivuje samoreguláciu cieľového orgánu.

Indikácie a kontraindikácie „bankovania“

Indikáciami suchého „bankovania“ sú bolesti veľkých kĺbov a chrbtice vyvolané chladom, bolesti končatín, bolesti svalov, stavy celkového nedostatku ale aj nadbytku energie, neurovegetatívna dystónia, parézy, bronchitída, bronchiálna astma vrátane astmatického záchvatu.

Kontraindikácie „bankovania“ sú zápalové ochorenia kože, kožné defekty, pigmentové névy, ragády, fisúry a iné poškodenia kože, nezhojené rany, vysoká horúčka, epileptický záchvat, psychomotorický nepokoj. „Bankovanie“ nemožno vykonávať v oblasti očí, pier, prsných bradaviek, výčnelkov kostí, v oblasti hypogastria a drieku u tehotných žien.

4. Magnetoterapia

Liečba ochorení pomocou magnetického poľa má úctyhodnú tradíciu. Magnetoterapia je staroázijský liečebný postup. Číňania vykonávali pôvodne ošetrovanie s prírodným magnetizmom pri početných telesných a duševných poruchách s veľkým úspechom. Japonci zdokonalili terapiu prostredníctvom vývoja zvlášť výkonných mikro-

magnetov. Každý magnet má priemer od 5 mm a hrúbku od 2,5 mm. Permanentný magnet je pripevnený na okrúhlejšiu náplast v priemere 22 mm, aby pacient, prípadne jeho lekár mohol umiestniť magnet na terapeuticky najúčinnnejšej pozícii. Mikromagnetmi sa ošetrojú aktívne body na tele i na ušnici.

Názov magnet je odvodený od gréckeho mesta Magnesia, kde sa už v staroveku ťažil minerál magnetovec, ktorý je prirodzeným magnetom. Jeho liečivé účinky poznal aj slávny Hippokrates. Ďalší rozvoj metódy začal vynálezom elektromagnetu. Prvý magnetoterapeutický prístroj založený na takomto princípe bol patentovaný v Berlíne v roku 1869. Pomerne úspešne ním liečili predovšetkým bolesti a reumatizmus. Na začiatku 20. storočia sa čoraz častejšie poukazovalo na možnosť zlepšenia hojivých procesov pomocou magnetických pulzov. V súčasnosti sa magnetoterapia úspešne rozvíja a nachádza stále nové možnosti uplatnenia. Mechanizmus jej účinku je založený na zlepšení priechodnosti bunčných membrán. Mení sa aktivita Ca iónov, dochádza k ovplyvneniu vedenia nervových vzruchov, vazodilatácii. Výsledkom tohto javu je okrem tíšenia bolesti, účinnejšie zásobovanie buniek kyslíkom a ďalšími potrebnými látkami. Zlepšuje sa hojenie a regenerácia.

Indikácie a kontraindikácie liečby magnetmi

Magnetické pole blokuje bolestivé impulzy v nervových dráhach a zmierňuje bolesť. Liečba je indikovaná pri reumatických bolestiach, pri bolestivom svalovom napätí chrbta a šije, pri bolesti v ramenách a v lumbosakrálnej oblasti, pri tenznej bolesti hlavy, pri poruchách prekrvenia, pri podráždení neurovegetatívneho systému, pri poruchách krvného obehu, pri potení, nespavosti.

Pre svoje mnohostranné použitie a pri dodržaní zásad správnej aplikácie doteraz neboli zaznamenané vedľajšie alebo nežiaduce účinky. Metodika je nevhodná pre ľudí s implantovaným

kardiostimulátorom (9). Magnetoterapia sa označuje za jednu z liečebných metód budúcnosti.

Záver

Úlohou liečby akupunktúrou, akupresúrou, moxou, magnetmi, bankami a všetkými ostatnými technikami aj dnes, tak ako v priebehu tisícročí, zostáva dosiahnuť harmóniu v organizme a súlad s prostredím, v ktorom človek žije a ktorého je integrálnou súčasťou. Najstarší liečebný, preventívny a diagnostický systém, do ktorého sa akupunktúra a jej modifikácie počas svojej dlhoročnej existencie sformovali, sa stali mostom medzi dávnou minulosťou a súčasnosťou.

Literatúra

1. Abele J. Baňkování, osvědčená metoda léčby. SVÍTÁNÍ Hradec Králové 2006.
2. Bangha O. Moxování v tradiční čínské medicíně. SVÍTÁNÍ Hradec Králové 2007.
3. Chiráli IZ. Baňkování v tradiční čínské medicíně. SVÍTÁNÍ Hradec Králové 2004.
4. Lao C'. Tao Te t'ing (Kánon o Tao a Te). Fischer Bratislava 2005.
5. Röcker AE. Atlas des ganzheitlichen Heilens. LUDWIG München 2006.
6. Semjonová A. Léčba teplem. Eugenika Bratislava 2002.
7. Soukup J. Akupunktura-Akupresura. Victoria Publishing Praha 1993.
8. Marek J. Tisíciletí s akupunkturou. Triton Praha 2000.
9. Šmirala J. Akupresúra, šanca pre zdravie, šanca pre každého. T.U. Bratislava 2006.
10. Šmirala J. a kol. Praktická akupunktúra. Osveta Martin 1991.
11. Šmirala J. a kol. Kompendium akupunktúry. OSVETA Martin 2005.

MUDr. Alena Ondrejčovičová, PhD.

ACHB a akupunktúry
Mýtna 5, 811 07 Bratislava
aondrejko@hotmail.com



Chýbajú vám v časopise niektoré témy?

Máte za sebou zaujímavý prípad vhodný na kazuistiku?

Chceli by ste napísať odborný článok a nevíete ako na to?

Kontaktujte redakciu Solenu pre ďalšie informácie.

SOLEN
MEDICAL EDUCATION

SOLEN, s. r. o., Lovinského 16, 811 04 Bratislava, tel.: 02/5465 1386, e-mail: redakcia@solen.sk