

СПОСОБ СНИЖЕНИЯ АРТЕРИАЛЬНОГО ДАВЛЕНИЯ

УО «Белорусский государственный медицинский университет»

Лечение артериальной гипертензии остается чрезвычайно актуальной проблемой. На сегодняшний день существует множество лекарственных средств для решения этой цели.

Как правило, все лекарственные средства имеют побочные проявления. Известно, что они не всегда хорошо переносятся. Даже разнообразное сочетание различных лекарственных средств не всегда бывает достаточно эффективным.

Об использовании метода «Шиатсу» (ши – палец, атсу – давление) в комплексной терапии артериальных гипертензий сведений нами не найдено. Хотя этот метод имеет широкую практическую значимость и значительную научную новизну.

Ключевые слова: терапия, артериальная гипертензия.

T. M. Zerah, A. V. Polyanskaya

A METHOD OF REDUCING BLOOD PRESSURE

Treatment of hypertension remains an extremely urgent problem. To date, there are many medicines for this purpose.

As a rule, all drugs have side effects. It is known that they are not always well tolerated. Even a diverse combination of different drugs is not always effective enough.

We have not found any information about the use of the method “Shiatsu” (Shi – finger, ATC – pressure) in the complex therapy of arterial hypertension. Although this method has a wide practical significance and significant scientific novelty. Treatment of hypertension remains an extremely urgent problem. To date, there are many medicines for this purpose.

Key words: therapy, hypertension.

Проблема лечения артериальной гипертензии чрезвычайно актуальна. Существует множество лекарственных средств для этой цели. Как правило, все лекарственные средства имеют побочные проявления, не всегда хорошо переносятся. Даже сочетание лекарственных средств не всегда бывает достаточно эффективным.

Об использовании метода «Шиатсу» (ши – палец, ату – давление) в комплексной терапии артериальных гипертензий сведений нами не найдено.

Нами использовался многолетний опыт снижения артериального давления, описанный в книге: «Жизненные точки для восточной терапии. Тзубо» [1].

Наблюдалось 250 пациентов с артериальными гипертензиями средней степени тяжести в возрасте 45–70 лет. Мужчин – 60, женщин – 190.

Все пациенты были обучены методике воздействия на точки тела человека при необходимости снижения артериального давления. При необходимости – подключались родственники. Всем пациентам давалась схема расположения точек на теле человека и ее перевод с английского.

Объяснялось: воздействовать следует мякотью большого пальца кисти рук силой примерно 1–5 кг, постепенно усиливая давление в течение 1–7 секунд, неогра-

ниченно по времени, до желаемого эффекта. Указывалось, что 1 сан – это длина средней фаланги среднего пальца кисти рук, а 5 бу – это $1/2$ сана. Смотрели на схеме – это направление массажных движений, и это применялось при возможности.

У всех наблюдавшихся пациентов удалось снизить систолическое артериальное давление на 15–20 мм рт. ст., диастолическое – 5–10 мм рт. ст. Побочных проявлений не отмечалось. Как правило, проходила головная боль, если таковая имела место до воздействия.

Нами отмечено преимущество точек: ГВ – 20, ЛИ – 11, ЛИ – 4 – из-за их доступности для самого пациента, ГВ – 20 – основная точка для снятия головной боли, как это отмечается в указанной книге.

«Шиатсу» многократно использовался одной из авторов этого сообщения, с хорошим эффектом. Объяснения находим в общей части книги [1].

Таким образом, указанный способ снижения артериального давления по необходимости может использоваться в комплексной терапии артериальных гипертензий.

Литература

1. Vital Points for Oriental Therapy. Tsubo. janan: 1989, p. 2–290.

Поступила 27.11.2018 г.