

(19)



**Евразийское
патентное
ведомство**

(11) **031004**

(13) **B1**

(12) ОПИСАНИЕ ИЗОБРЕТЕНИЯ К ЕВРАЗИЙСКОМУ ПАТЕНТУ

(45) Дата публикации и выдачи патента
2018.10.31

(51) Int. Cl. *A61H 7/00* (2006.01)

(21) Номер заявки
201800193

(22) Дата подачи заявки
2018.03.20

**(54) ОСТЕОПРАКТИКА ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ВОЗДЕЙСТВИЯ НА ОРГАНИЗМ
ЧЕЛОВЕКА**

(43) **2018.09.28**

(56) RU-C1-2181995

(96) **2018000035 (RU) 2018.03.20**

RU-C1-2541757

RU-C1-2182819

(71)(72)(73) Заявитель, изобретатель и патентовладелец:
**СМИРНОВ АЛЕКСАНДР
ЕВГЕНЬЕВИЧ (RU)**

KALICHMAN Leonid et al. Effect of self-myofascial release on myofascial pain, muscle flexibility, and strength: A narrative review. Journal of Bodywork & Movement Therapies, 2016, 1-6, раздел 3.1

(74) Представитель:
Клейман А.М. (RU)

(57) Изобретение относится к способам мануальной оздоровительной практики. Предложен способ оздоровительного воздействия на организм человека посредством деформирования миофасциальной триггерной зоны путём разминания и скручивания подкожной фасции и мышц до уменьшения болезненности, разминания осуществляют путем захвата фасции и мышц руками оператора с последующим надавливанием на них, повторяя движения вверх-вниз, и растягивания мышц и фасции между руками оператора, при этом надавливание на фасции и мышцы чередуют с их растягиванием с периодичностью 5-10 чередований в минуту до ощущения минимального сопротивления тканей тела, удерживают напряжения тканей на достигнутом барьере сопротивления, после чего осуществляют скручивания мышц и фасций в сторону наибольшего сопротивления до достижения максимального сопротивления тканей на барьере, удерживают их в течение 90-120 с до ощущения расслабления, после чего проводят воздействие непосредственно на мягкие ткани в эпицентре боли путем разминания складки кожи с подкожной жировой клетчаткой с умеренным сдавливанием и интенсивным скручиванием тканей вокруг триггерной зоны. Использование данного изобретения позволяет в пределах нескольких сеансов улучшить общее физическое состояние и повысить адаптационные резервы организма.

031004

B1

**031004
B1**

Изобретение относится к способам мануальной оздоровительной практики, а именно к способам остеопрактики, основанным на активации внутренних оздоровительных процессов саморегуляции на фоне тактильных взаимодействий с руками оператора.

Известны способы воздействия на фасции и мышцы, основанные на массаже для связок, костей и мышц, которые осуществляются с помощью перемещения подкожных фасций и мышц. Кожная складка формируется в том направлении, где она толще и болезненнее, и проводится смещение одних участков кожной складки и подкожных фасций относительно других с умеренным сдавливанием (Т.В. Коган Остеопатия. М., АСТ, 2016, 128 с., Л.К. Разломий, А.А. Скоромец "Мануальная медицина", г. Новокузнецк, 1994 г., № 7, А. Обервиль, А. Обэн; Мотильность в остеопатии. Новая концепция, основанная на эмбриологии, пер. с франц. под ред. И.А. Егоровой, М., Практическая медицина, 2017, 192 с., ил.).

Недостаток описанных в указанной литературе способов заключается в большой вероятности травматизма и необходимости многократного повторения процедур для достижения положительного эффекта.

Известен способ оздоровительного воздействия на организм человека посредством деформирования миофасциальной триггерной зоны путём разминания и скручивания подкожной фасции и мышц до уменьшения болезненности (см. патент РФ № 2139030, МПК: А61Н 39/04, 1998 г.).

Согласно известному способу осуществляют воздействие на периферические участки мышечно-фасциальных цилиндров, проходящих через триггерную зону. Для этого разминают и скручивают складку кожи с подкожной жировой клетчаткой, после чего проводят обработку тканей в проекции диафрагмы, а затем осуществляют силовое воздействие на мягкие ткани.

Этот способ по технической сущности и достигаемому результату является наиболее близким к предложенному и принят за прототип.

Способ позволяет прорабатывать глубокие слои мышц, связок, создавать интенсивную микроциркуляцию крови, лимфы, межтканевой жидкости.

Недостатком этого способа является невозможность его использования при наличии остроболевых миофасциальных триггерных зон.

Задачей заявленного способа является исключение болезненных приёмов оператора за счёт уменьшения болевого эффекта, времени его проявления и улучшение общего физического состояния человека в пределах нескольких сеансов оздоровительного воздействия.

Заявленный технический результат достигается способом оздоровительного воздействия на организм человека посредством деформирования миофасциальной триггерной зоны путём разминания и скручивания подкожной фасции и мышц до уменьшения болезненности, при этом разминания осуществляют путем захвата фасции и мышц руками оператора с последующим надавливанием на них, повторяя движения вверх-вниз, и растягивания мышц и фасции между руками оператора, при этом надавливание на фасции и мышцы чередуют с их растягиванием с периодичностью 5-10 чередований в минуту до ощущения минимального сопротивления тканей тела, удерживают напряжения тканей на достигнутом барьере сопротивления, после чего осуществляют скручивания мышц и фасций в сторону наибольшего сопротивления до достижения максимального сопротивления тканей на барьере, удерживают их в течение 90-120 с до ощущения расслабления, после чего проводят воздействие непосредственно на мягкие ткани в эпицентре боли путем разминания складки кожи с подкожной жировой клетчаткой с умеренным сдавливанием и интенсивным скручиванием тканей вокруг триггерной зоны.

При этом воздействию подвергают мышцы и фасции зоны свода основания черепа, или/и мышцы и фасции в области шеи, или/и мышцы и фасции верхне-грудной области тела, или/и мышцы и фасции спины, или/и мышцы и фасции передней брюшной стенки, или/и мышцы и фасции задней поверхности бедра и голени.

Положительный эффект возникает благодаря чередованию периодов напряжения и расслабления мышц, когда оператор воздействует на внутреннюю и сегментарную систему мышечной саморегуляции. Так достигается их расслабление, а также опосредованное через сухожильные натяжения подтягивание суставов в правильное положение.

Способ осуществляют следующим образом.

После выявления пожеланий клиента на улучшение состояния или тонуса мышечной и фасциальной системы проводится послынная пальпация напряженно-болезненного участка для выявления границы уплотненной гипомобильной складки кожи с подкожной жировой клетчаткой и/или подлежащей фасции и/или мышцы. При жалобах на мышечный дискомфорт в той или иной области тела производится тактильное исследование всей области с помощью перемещения складки кожи с подкожной жировой клетчаткой с целью выявления точной локализации, степени уплотнения тканей, отсутствия физиологической подвижности. Продолжительность и частота проведения сеансов индивидуальны. Многое зависит от возможностей организма к самовосстановлению, его реактивности. В некоторых случаях достаточно 15-30-минутной оздоровительной коррекции. Чаще процедура занимает около 1 ч. По желанию клиента встречи с оператором могут проводиться 2 раза в неделю в течение 2-3 сеансов. Далее 1 раз в неделю и после 8-го сеанса - 1 раз в 2-3 месяца. Желательно поддерживающее оздоровительное воздействие в количестве 3 сеансов 1 раз в год. Как правило, мышечный дискомфорт уходит довольно быстро. В боль-

шинстве случаев полное время воздействия не превышает 30-40 мин.

После сеанса оздоровления клиент может чувствовать как легкость и подъем сил, так и усталость, сонливость. Подобные реакции являются нормальными и связаны с включением саморегуляторных процессов, расслаблением, перебалансировкой нервной системы. Желательно ограничить экстремальную физическую активность после сеанса и на следующий день. Это позволит организму возвращаться к нормальному уровню здоровья и функционирования, не подстраиваясь под агрессивные внешние воздействия, сверхнагрузки. Хорошо увеличить прием жидкости с целью помощи телу в улучшении качества обменных процессов.

Изобретение иллюстрируют примерами выполнения.

Пример 1.

Клиент А, 45 лет, женщина. Указывает на дискомфорт в области левой надбровной дуги, распространяющийся в лобную и теменную область, усиливающийся при эмоциональных нагрузках.

Этап 1. Оператор захватывает затылочно-лобную мышцу, при этом одна его рука устанавливается в области лобного брышка мышцы на свод черепа, а другая рука устанавливается на затылочную часть мышцы в области основания черепа.

Этап 2. Оператор надавливает на фасции и мышцы клиента небольшим усилием и растягивает их между руками до ощущения минимального сопротивления тканей тела (предпатологический барьер ограничения движения).

Этап 3. Оператор удерживает напряжение тканей на ранее достигнутом барьере и проводит скручивание в сторону наибольшего сопротивления затылочно-лобной мышцы и окружающих ее фасций свода и основания черепа.

Этап 4. Оператор достигает максимального сопротивления тканей на барьере и удерживает их в течение 90-120 с или до ощущения расслабления, сопровождаемого субъективными феноменами растяжения мышц и фасций. После чего проводят воздействие непосредственно на мягкие ткани в эпицентре дискомфорта путем разминания складки кожи с подкожной жировой клетчаткой с умеренным сдавливанием и интенсивным скручиванием тканей вокруг триггерной зоны.

Положительный результат отмечен после второго сеанса. Для закрепления результата было проведено ещё 3 сеанса, после чего ощущения дискомфорта больше не возникали даже при существенной эмоциональной нагрузке.

Пример 2.

В данном и последующих примерах манипуляции осуществляют в последовательности, описанной в примере 1. Изменения касаются только этапов 1 и 3.

Клиент Б, 40 лет, женщина. Указывает на дискомфорт в шее при повороте головы.

Этап 1. Оператор захватывает грудино-ключично-сосцевидную мышцу.

Этап 2. Как описано в примере 1.

Этап 3. Оператор удерживает напряжение тканей на ранее достигнутом барьере и проводит скручивание грудино-ключично-сосцевидной мышцы и фасций шеи в сторону наибольшего сопротивления.

Этап 4. Как описано в примере 1.

Положительный результат отмечен после второго сеанса. Для закрепления результата было проведено ещё 5 сеансов.

Пример 3.

Клиент В, 52 года, мужчина. Указывает на периодические субъективно воспринимаемые напряжения мышц в области верхней части грудной клетки.

Этап 1. Оператор захватывает мышцы в верхне-грудной зоне в околоключичной и лопаточной областях.

Этап 2. Как описано в примере 1.

Этап 3. Оператор удерживает напряжение тканей на ранее достигнутом барьере и проводит скручивание в сторону наибольшего сопротивления мышц и фасций в верхне-грудной зоне в околоключичной и лопаточной областях с целью восстановления саморегуляции мышц и лимфомоторной функции подключичных и подмышечных лимфоузлов и улучшения оттока лимфатической жидкости в подключичные вены.

Этап 4. Как описано в примере 1.

Положительный результат отмечен после первого сеанса. Для закрепления результата было проведено ещё 2 сеанса.

Пример 4.

Клиент Г, 32 лет, мужчина. Указывает на дискомфорт в мышцах-разгибателях нижнепоясничной области с левой стороны спины. Неприятные ощущения возникают при наклонах и усугубляются в вечернее время суток.

Этап 1. Оператор захватывает мышцы-разгибатели, выпрямляющие позвоночник в области спины, при этом одна его рука устанавливается на стороне дискомфорта в области грудопоясничного перехода позвоночника, другая рука захватывает мышцы и фасции в области нижней части спины.

Этап 2. Как описано в примере 1.

Этап 3. Оператор удерживает напряжение тканей на ранее достигнутом барьере и проводит скручивание в сторону наибольшего сопротивления мышц и фасций спины клиента.

Этап 4. Как описано в примере 1.

Положительный результат отмечен сразу после первого сеанса. Для закрепления результата было проведено ещё 5 сеансов, после чего неприятные ощущения больше клиента не беспокоили.

Пример 5.

Клиент Д, 38 лет, женщина. Указывает на дискомфорт в области мышц передней брюшной стенки. Неприятные ощущения возникают после спортивных нагрузок.

Этап 1. Оператор захватывает прямые мышцы живота в области передней брюшной стенки, при этом одна его рука устанавливается ниже мечевидного отростка грудины, а другая ниже пупочной зоны, вблизи лонного сочленения.

Этап 2. Как описано в примере 1.

Этап 3. Оператор удерживает напряжение тканей на ранее достигнутом барьере и проводит скручивание в сторону наибольшего сопротивления мышц и фасций передней брюшной стенки клиента.

Этап 4. Как описано в примере 1.

Положительный результат отмечен сразу после второго сеанса. Для закрепления результата было проведено ещё 3 сеанса, после чего после спортивных занятий дискомфортные ощущения в области мышц передней брюшной стенки у клиента больше не возникали.

Пример 6.

Клиент Е, 56 лет, мужчина. Указывает на дискомфорт в голени при ходьбе.

Этап 1. Оператор захватывает мышцы задней поверхности голени клиента, при этом одна его рука устанавливается ниже коленного сустава клиента, а другая выше голеностопного.

Этап 2. Как описано в примере 1.

Этап 3. Оператор удерживает напряжение тканей на ранее достигнутом барьере и проводит скручивание в сторону наибольшего сопротивления мышц и фасций задней поверхности голени клиента.

Этап 4. Как описано в примере 1.

Положительный результат отмечен сразу после первого сеанса. Для закрепления результата было проведено ещё 4 сеанса, после чего неприятные ощущения в мышцах голени полностью регрессировали.

Пример 7.

Клиент Ж, 38 лет, женщина. Указывает на субъективно "несвежее состояние" головы, усталость, снижение качества жизни, неустойчивость настроения.

Проведены оздоровительные манипуляции с фациями и мышцами свода и основания черепа, ключичной и лопаточной зоны, спины, передней брюшной стенки и конечностей в последовательности, описанной в примерах 1-6.

После 6 сеансов качество жизни клиентки улучшилось, работоспособность повысилась, настроение стабилизировалось.

Предложенный способ был апробирован на 153 клиентах с разной локализацией и степенью выраженности мышечного дискомфорта. Оздоровительное воздействие на организм человека по предлагаемому способу позволило добиться положительных сдвигов субъективного и объективного состояния клиентов. Состояние клиентов после проведенных сеансов прослежено в течение 10 месяцев у 52 обратившихся за процедурой оздоровления, все они имели стойкое улучшение уровня здоровья.

Оздоровительная коррекция мышечно-фасциальной системы предложенным способом остеопрактики позволяет осуществлять широкий ряд манипуляций, таких как мышечно-диафрагмальная переадаптация, артростабилизационная коррекция стопы и колена, продольно-поперечная коррекция швов черепа и венозных синусов, краниоритмическая коррекция мозгового и лицевого черепа, нейровегетативная коррекция, нейровертебральная коррекция позвоночника, висцеромоторная коррекция внутренних органов, эстетическое моделирование лица и декольте, эстетическое моделирование ягодиц и груди, висцеросоматическая коррекция, костно-внутрикостная коррекция, костно-репарационная коррекция, нейропсихоэмоциональное оздоровление и нейробиодинамическая коррекция.

Использование данного изобретения позволяет за счёт уменьшения дискомфорта и времени его проявления в процессе оздоровительного массажа в пределах нескольких сеансов улучшить общее физическое состояние и повысить адаптационные резервы организма.

ФОРМУЛА ИЗОБРЕТЕНИЯ

1. Способ оздоровительного воздействия на организм человека посредством деформирования мио-фасциальной триггерной зоны путём разминания и скручивания подкожной фасции и мышц до уменьшения болезненности, отличающийся тем, что разминания осуществляют путем захвата фасции и мышц руками оператора с последующим надавливанием на них, повторяя движения вверх-вниз, и растягивания мышц и фасции между руками оператора, при этом надавливание на фасции и мышцы чередуют с их растягиванием с периодичностью 5-10 чередований в минуту до ощущения минимального сопротивления тканей тела, удерживают напряжения тканей на достигнутом барьере сопротивления, после чего

осуществляют скручивания мышц и фасций в сторону наибольшего сопротивления до достижения максимального сопротивления тканей на барьере, удерживают их в течение 90-120 с до ощущения расслабления, после чего проводят воздействие непосредственно на мягкие ткани в эпицентре боли путем разминания складки кожи с подкожной жировой клетчаткой с умеренным сдавливанием и интенсивным скручиванием тканей вокруг триггерной зоны.

2. Способ оздоровительного воздействия на организм человека по п.1, отличающийся тем, что воздействуют на мышцы и фасции зоны свода основания черепа, или/и мышцы и фасции в области шеи, или/и мышцы и фасции верхне-грудной области тела, или/и мышцы и фасции спины, или/и мышцы и фасции передней брюшной стенки, или/и мышцы и фасции задней поверхности бедра и голени.

