

## **«От боевых искусств наше искусство отличается только градусом поворота головы», – считает доктор Ситель**

26.08.2013

**Мануальная медицина – старейшая из медицинских наук. Археологические данные свидетельствуют, что на территории древнего Китая, Индии и Индокитая мануальная терапия применялась около 4 тысяч лет назад. Использование рук с лечебной целью практиковалось и в Древнем Египте.**

**Гиппократ также описывал применение вытяжения и манипуляций на позвоночнике. Он считал, что руками может выполняться около 20 процентов всех лечебных процедур. О том, что это за наука, как она влияет на здоровье человеческого организма, рассказывает главный врач государственного Центра мануальной терапии, профессор, доктор медицинских наук, заслуженный врач России Анатолий Ситель.**

### **Расплата за прямохождение?**

**– Анатолий Болеславович, бытует мнение, что болезни позвоночника - это расплата человечества за прямохождение. Вы согласны с этим утверждением или это не совсем так? Может быть, все-таки на состоянии позвоночника сказывается недостаток движения, иные факторы?**

– В какой-то степени это действительно расплата. Потому что нагрузка при прямохождении на позвоночник гораздо больше, чем у животного. Но основное – все же не это. Дело в том, что в процессе развития человеческой популяции накопилось очень много изменений в опорно-двигательной системе, которые передаются по наследству. Часть людей рождается с недоразвитием костной системы – с аномалиями, отсутствием суставных отростков и т.д. Эти врожденные изменения являются причиной появления заболеваний позвоночника и осложнений в раннем периоде жизни. Например, у человека должно быть в позвоночнике два физиологических изгиба вперед – в шейном и в поясничном отделе, и два изгиба назад – в грудном и в крестцово-копчиковом. Благодаря этому человеческий

позвоночник выдерживает осевую нагрузку в 18 раз больше, чем бетонный столб той же толщины. Так вот, почти у 90–96 % людей изгибы сглажены, а в 60 % – увеличены. Кроме того, существует боковое искривление – сколиоз. Практически до 90 процентов людей его имеют.

По данным специалистов, 80–90% детей при рождении получают травматическое воздействие на позвоночник. А ведь он имеет очень большой запас прочности. Имеются позвонки, между ними – эластические прослойки, которые называются «межпозвонковые диски». Это вообще уникальное создание природы. Там имеется спиралевидная форма волокон, которые очень долго могут компенсировать повышенное внутридисковое давление. Инженеры использовали это в капсуле для обезвреживания взрывчатых устройств. Сила взрыва гасилась в этой конструкции, не причиняя вреда окружающим.

### **Как если бы нерв положить на наковальню**

– Когда человек начинает ходить, в результате этих причин, ядро межпозвонкового диска не может подстроиться под центр тяжести, – продолжает Анатолий Болеславович, – и смещается в передние, задние или боковые отделы. Давление на них постепенно в течение ряда лет и десятилетий возрастает. Волокна фиброзного кольца компенсируют повышение внутридискового давления за счет закручивания, а затем происходит разрыв и образуются трещины. Потом разрывы проходят по всему периметру и, когда диск на две трети разрушается, образуются маленькие выпячивания. Возникает боль местного характера. Они давят на заднюю продольную связку, которая нашпигована нервными окончаниями. И уже появляется боль с иррадиацией – в руку, в ногу. Но это пока так называемая сухожильная боль или боль склеротомного характера. Затем выпячивание увеличивается – 3–6–10 миллиметров и начинает сдавливать мягкие ткани. А здесь рядом проходит сосудисто-нервный пучок. Возникает отек, набухание ткани, возникает воспаление нерва, проходящего внутри оболочки сосудистого нервного пучка. И вот тогда уже появляется боль действительно такого характера, как если бы нерв положить на наковальню и бить по нему молотком. Человек не может терпеть такую боль. Причем она практически не корректируется никакими медикаментозными средствами. Очень трудно снять эту боль и больного направляют на операцию.

### **– В вашей клинике врачи прежде всего именно этим и занимаются, облегчая страдания?**

– Да, мы снимаем эту боль. Ведь что такое мануальная терапия? Это тоже лечение движениями. Только если физкультура – это лечение активными

движениями, то у нас – пассивными. У кого-то отсутствует полпозвонка, у кого-то – отросток какой-то в позвонке отсутствует, у третьего несимметричное расположение ножек дуг и так далее. И все эти причины приводят, в конце концов, к тому, что этот процесс начинает прогрессировать.

Человеческий организм – это саморегулирующаяся система. И на определенном этапе болезни безразлично, каким образом лечить больного. Можно в ванну посадить, можно физиотерапию сделать, токи Бернара, можно придумать какой-то свой метод лечения – и, в конце концов, все поможет. Потому что человеческий организм стремится выровнять нарушенное равновесие.

И для того чтобы, например, помочь больному, нужно у него фактически перекодировать двигательный стереотип. То есть это, можно сказать, информационное воздействие. По нашим данным, для того, чтобы достичь перекодировки двигательного стереотипа, нужно за одну процедуру применить не меньше 5–7 суставных манипуляций. Если вы сделаете даже одну суставную манипуляцию, ничего не изменится, все вернется к исходному уровню.

**– Если учесть, что почти все мы страдаем из-за проблем с позвоночником, сложно даже представить, сколько желающих получить эту перекодировку в вашей клинике...**

– Увы, не всегда мы можем принять всех желающих к себе, потому что не хватает площадей. Лечение бывает длительным и может длиться до года. Наша клиника уникальна и единственная в своем роде, поэтому к нам едут со всех уголков России. Нам сейчас остро необходимы помещения под специальную лечебную, восстановительную гимнастику. Нужно открывать детское отделение, ведь мануальная терапия особенно эффективна в первые месяцы, годы жизни ребенка. Необходимо подростковое отделение. Никак не обойтись без анестезиологического отделения, где бы мы проводили эффективные блокады при тяжелых заболеваниях позвоночника. Кроме того, мы проводим профессиональную переподготовку врачей, а это тоже дополнительные площади. И самое главное – нужен детский профилактический корпус.

**– Выходит, обращаться к мануальному терапевту необходимо с раннего детства, не дожидаясь, когда кольнет так, что мало не покажется?**

– Недавно мы провели врачебный осмотр в одной из школ. У 98 % учеников с 1-го по 10 класс обнаружился сколиоз, требующий незамедлительной коррекции. Для всех этих школьников необходимы индивидуальные комплексы лечебной гимнастики. До 19 лет у ребенка можно многое поправить, и он войдет во взрослую жизнь без осложнений. Сегодня в школе существует немало предпосылок для многих болезней. Это и школьное расписание, и длительность уроков, и плохая мебель. Нельзя заставлять сидеть детей за партой 40 минут неподвижно, особенно в первых классах! Возникает напряжение мышц спины, снижается вентиляция. Неприятностей можно избежать, давая детям возможность вставать, размяться, а на переменах – побегать и попрыгать. И хорошо, что многие оболтусы, словно повинувшись инстинкту, все-таки вернутся на уроках, несмотря на замечания.

Мама часто доводят своих детей до бешенства, постоянно призывая их «не сутулиться, выпрямить спинку». Обычно такая забота ни к чему, кроме, невроза не приведет. Постоянный стресс, вынужденные неудобные положения, дискомфорт в позвоночнике заставляют ребенка искать удобную позу. Вертеться и даже горбиться, чтобы разгрузить позвоночник. Дети интуитивно ищут правильное положение. Надо оставить ребенка в покое, не одергивать его постоянно и не ругать за непоседливость. Природа всегда сама правильно подсказывает нужную, комфортную позу.

---

Адрес страницы: <http://troparevo-nikulino.mos.ru/presscenter/news/detail/814484.html>

---

[Управа района Тропарево-Никулино](#)