

Советы пациенту

Никогда не теряйте веры. Учитесь любить себя и свое тело. Посвятите 2-3 недели своей жизни лечению, которое отличается от привычных Вам методов терапии - подготовьте себя к восприятию нового. Внимательно прочитайте информацию, которую мы приготовили для Вас.

- Заставьте себя поверить, что Вы можете выздороветь, и будьте готовы воспринять все изменения своего состояния в процессе лечения как последовательное движение к восстановлению. Основную роль в процессе Вашего выздоровления будет играть Ваш собственный организм, учитесь доверять ему.
- Учитесь понимать язык Вашего тела и слышать, что и как оно пытается сообщить Вам о своем состоянии и потребностях.
- Чтобы лечение было наиболее эффективным, постарайтесь свести к минимуму все сильные внешние воздействия (традиционный массаж, экстрасенсорное воздействие, психотерапия, мощная физио- и мануальная терапия, алкоголь, наркотики и др.). По возможности максимально ограничьте прием медикаментов.

Подготавливаясь к сеансу терапии:

Внимательно понаблюдайте за собой и оцените свое общее состояние: настроение, сон, аппетит, работоспособность. Зафиксируйте Ваши наблюдения. «Послушайте» свое тело и постарайтесь четко сформулировать свои основные жалобы на сегодняшний день, обратите внимание на наличие неравномерности, асимметрии строения и функций Вашего тела, как по горизонтали так и по вертикали.

Обратите внимание на состояние своего позвоночника: отметьте скованность движений или боли в спине, наличие деформаций и др. Тщательно осмотрите свою кожу и слизистые и зафиксируйте их общее состояние, наличие на них дополнительных образований: родинок, пигментных пятен, папиллом, трещинок, язвочек, прыщиков, сыпи и т. п.

Не принимайте водных процедур как минимум за 2 часа до сеанса, не пользуйтесь кремами, мазями и не злоупотребляйте косметикой - дайте Вашей коже возможность накопить на своей поверхности информацию, с которой будут работать приборы «СКЭНАР».

Отправляясь на сеанс, постарайтесь иметь на себе одежду, содержащую минимум синтетических добавок, и использовать минимум украшений и бижутерии.

На сеансе:

Перед началом сеанса внимательно «послушайте» свои жалобы и постарайтесь выделить среди них **Одну Главную Жалобу**. Сообщите о ней Специалисту и охарактеризуйте ее в деталях (место, характер, интенсивность и пр.).

«Попробуйте» больную часть тела и зафиксируйте в памяти степень ограничения ее функциональной активности и причины этого ограничения. **На протяжении сеанса все время слушайте и локализируйте ощущения в своем теле, отмечая все, что изменяется или появляется вновь, независимо от места или характера ощущений. Постоянно рассказывайте о своих ощущениях! Эта информация является чрезвычайно ценной в определении наилучшей тактики лечения - и вы являетесь ее единственным источником.**

Обращайте внимание на все изменения состояния кожи в зоне обработки, особенно ее окраски, и на изменения в работе прибора (места «залипаний», изменение звука).

В конце сеанса:

Опробуйте и зафиксируйте состояние Ваших главных жалоб и функций больной части тела в сравнении с началом сеанса. Желательно оценить изменения количественно (в баллах или процентах). Не забудьте похвалить свой организм за хорошую работу!

Между сеансами на протяжении курса лечения:

Не принимайте водных процедур в течение как минимум 2 часов после каждого сеанса, сохраняя информацию на коже. При применении ОЛМ дома, не стирайте простынку на протяжении всего курса лечения.

Каждый день наблюдайте за своим общим состоянием, оценивая настроение, сон, аппетит, работоспособность. Не пропустите момент начала положительных изменений, означающих, что Ваш организм начал общую перестройку и улучшил саморегуляцию. Регулярно осматривайте кожу и обязательно отметьте появление на ней любых новых элементов. Мы это расцениваем как очень благоприятный признак, означающий что Ваша болезнь «идет изнутри наружу».

Помните, что изменение Ваших жалоб совсем не обязательно сразу пойдет в сторону уменьшения. **Очень часто на протяжении курса лечения жалобы могут усилиться - и даже появиться новые.** Обязательно отметьте это, но не позволяйте сомнениям поселиться в Вас. Все изменения Вашего организма в процессе лечения - часть общего процесса перестройки, который проходит у всех по-разному и зависит от начального состояния организма. Помните, что в процессе выздоровления функция больного органа восстанавливается всегда быстрее его структуры. Поэтому увеличение работоспособности Вашей «проблемной» части тела всегда будет видно раньше, чем восстановление ее строения, и данные стандартных объективных тестов (рентген, ультразвук, компьютерная томография, лабораторные показатели и пр.) почти всегда будут запаздывать по отношению к Вашему самочувствию. Ориентируйтесь по самочувствию!

Сознательно помогайте быстрейшему восстановлению функции органа или части тела:

- вообразайте себе сниженную функцию нормальной, тем самым показывая организму цель его работы и постоянно подталкивая в правильном направлении;
- празднуйте победу, когда работоспособность органа восстановлена полностью, даже если жалобы еще сохраняются.

Не старайтесь затормозить, приостановить Вашу болезнь, но сознательно подталкивайте ее к развитию: чем скорее болезнь пройдет все стадии своего цикла, тем быстрее наступит выздоровление. Отмечайте каждый, даже маленький, шаг вперед - и хвалите за это свой организм!

Итак, курс лечения завершен.

Помните, что с этим процесс выздоровления еще не заканчивается. Ваш вновь «настроенный» организм продолжит саморегуляцию еще в течение долгого времени, перенеся функцию приборов «внутрь себя». Оценку результатов лечения целесообразно провести через 3-4 недели после окончания курса лечения.

В отдельных сложных случаях курс лечения требует повторения. Через некоторое время мы встретимся снова и вместе продолжим путь к восстановлению Вашего здоровья. Что ж, иногда это требует времени и дополнительных усилий - но Вы уже себе доказали, что Вы можете это сделать!