

Выбор магнитов

Существуют магниты любых форм, размеров и мощностей. Они могут быть круглыми, кольцевыми, серповидными и длинными.

Круглые (дисковые) магниты имеют форму таблетки, у которых одна поверхность окрашена в белый цвет (южный полюс), а другая — в желтый (северный полюс). Северный полюс магнита оказывает тонизирующее действие, а южный полюс — тормозящее.

Кольцевые магниты состоят из двух частей — центральной и периферической, имеющих разную маркировку. Магнит оказывает тонизирующее действие, если в центре находится магнит белого цвета, а если желтого — тормозящее.

В длинных магнитах белая маркировка — северный полюс, а желтая маркировка — южный. Силовые линии направлены от северного полюса к южному.

Магниты дисковой формы удобны для контакта с ладонями, подошвами ног и туловищем. Но для сложных поверхностей лба, глаз, ушей, носа, щек и горла больше подходят серповидные магниты.

В практике су-джок используются так называемые магнитные звездочки. Магнитная звездочка похожа на круглый магнит, но с одной стороны имеет

заостренную конусовидную форму. Вершиной конуса она точно устанавливается в заданную точку, тем самым воздействие локализуется и не затрагивает близлежащих областей. Магнитные звездочки с белым верхом используются для тонизации, а звездочки с желтым верхом используются для торможения в точках.

Выпускаются магниты величиной с пуговицу, керамические магниты, похожие на домино, дисковые магниты, напоминающие печенью. Применяют блочные магниты и магниты в виде брусков дюймовой толщины.

На одном конце или на одной поверхности магнита может располагаться один полюс, но выпускаются также магниты, на поверхности которых размещены несколько чередующихся полюсов. Если магнитный порошок добавляется в пластмассу, то изделию можно придать любую форму. Магниты закрепляют в повязках, лентах, жилетах, в деталях обуви. Их встраивают в ожерелья и браслеты, покрывают ими поверхность даже целого матраца.

Виды магнитов и их использование

Для лечения используют маломощные и средне-мощные магниты.

Обычно более мощными дисковыми магнитами воздействуют на ладони, подошвы ног и конечности. Маломощные керамические магниты используют только на голове, лице, грудной клетке и запястьях. Повязки, цепи и ожерелья предназначены для более длительного непрерывного применения,

поэтому они снабжены маломощными небольшими магнитами.

Маломощные магниты можно носить длительное время, поскольку они позволяют проводить наиболее тонкую регуляцию энергетических и физиологических процессов в теле.

После приклеивания магнита наблюдают за изменением состояния здоровья в течение первых двадцати минут.

Улучшение состояния в течение этого периода свидетельствует о том, что магнит установлен правильно.

Если же состояние ухудшается — меняйте места расположения полюсов магнита.

Время аппликации магнита зависит от индивидуальной реакции на него и варьируется от нескольких минут до нескольких часов.

Важно помнить, что магнит надо снять на пике улучшения состояния или же, напротив, в случае его ухудшения.

На ночь магнит необходимо снимать, так как во сне человек не может контролировать свое состояние. Количество процедур не ограничено и определяется исключительно самочувствием.

Среднемощные магниты могут оказывать более общее и сильное воздействие на тело человека, гармонизируя в нем основные потоки энергии. С этой целью магниты округлой формы устанавливаются в центральной части ладоней и подошв.

Если вы хотите сделать установку для магнитотерапии в **домашних условиях**, возьмите магнит от динамиков радиоприемников с таким расчетом: ес-

ли к магниту приложить железную пластину, то сила отрыва ее должна быть около 300 г. У магнита с меньшей силой магнитное поле слабовато и проникает в ткани организма неглубоко.

Обычно для лечения применяют постоянные магниты с полюсами на поверхностях, одна из которых в нужной полярности соприкасается с телом пациента. Этот метод не требует больших затрат, процедуры можно выполнять в домашних условиях. Если необходимо воздействовать магнитным полем на протяженную область на теле пациента, то лечение с помощью импульсных магнитных приборов, возможно, будет дешевле и эффективнее.

Рассмотрим особенности применения магнитов различных типов в терапевтических целях.

Магнитные бусы

Крошечные магниты привязывают в точках рефлексотерапии.

Магнитные постели

По всему миру распространены различные варианты магнитных постелей. Магниты монтируются в мягкую прокладку, на которую ложится пациент. В последнее время конструкторы начали добавлять в такие постели кристаллы, медные провода, минеральные смеси, другие материалы и приборы. Благодаря современной маркетинговой технике магнитные постели пользуются спросом во всем мире. Появилось множество «магнитных» миллионеров и людей, укрепивших здоровье магнитными процедурами.

Блочные магниты

Эти магниты имеют большие размеры, создают поле силой около 1000 гаусс. Применяются кратковременно.

Магнитные браслеты

Они также заполнили весь мир. Приносят облегчение при стрессах, при легких недугах, например артрите, расстройствах нервной системы, бессоннице. Улучшают кровообращение и состояние мускулатуры. Браслеты продаются в универмагах, могут быть заказаны по почте.

Дисковые магниты

У таких магнитов отсутствует отверстие в центре. Диаметр — около двух дюймов или менее. Плоские диски удобны для утоления умеренной боли. Их можно применять парами, чтобы один находился под одеждой, другой снаружи, тогда они будут держать друг друга в нужном месте. Дисковые магниты выглядят привлекательно, их даже можно выдать за последнее достижение в портновском искусстве.

Магнитная фольга

Она изготавливается с чередованием полюсов. Имеет невысокую стоимость, удобна в применении, эффективно утоляет боль.

Магнитная одежда

В настоящее время продают много различной магнитной одежды. Полярность и параметры магнитов необходимо обсудить с врачом. Например, в бюст-

гальтере северный полюс магнита должен быть направлен к телу, чтобы замедлить рост опухолей.

При пошиве одежды, вероятность перепутать полярность магнитов очень высока, что может затем нанести вред вместо лечения. Необходимо быть предельно внимательным, устанавливая магниты.

Мощные магнитные прокладки

Их мощность используется для намагничивания воды, улучшения вкуса фруктов, применения к различным частям тела.

Магнитное ожерелье

Как и браслет, ожерелье способно украшать владельца. Несмотря на их двойное применение, они рекламируются в качестве лечебных инструментов. Первое сообщение о лечении с помощью магнитного ожерелья принадлежит французскому врачу и датировано 400 годом н. э. В то время ожерелье было тяжелым, грубым и громоздким, изготовленным из магнитного железняка. Сейчас можно купить красивое и легкое, создающее мощное магнитное поле ожерелье, изготовленное из сплава самария, кобальта и железа. Привлекательное ожерелье другого типа делают из красного железняка (гематита) — блестящей серо-черной железной руды.

Чтобы предотвратить головную боль, ожерелье следует надевать на голову. Его можно носить на запястье, локте, колене, стопе, кисти. Рекомендуется закрывать ожерельем глаза для отдыха, мягкого восстановления эффективности зрения. Ожерелье также помогает при ухудшении подвижности шеи,

боли в плечах. Его можно носить круглосуточно, снимая только на время водных процедур.

Магнитные ремни

Ремень можно надевать *на голову* или привязывать на лоб дважды в день по 15–30 минут. Он поможет устранить головную боль, мигрень и другие проблемы.

Для лечения болезней *горла* рекомендуется носить *ремень* на шее в течение 15–30 минут один или два раза в день. Это позволит избавиться от кашля, тонзиллита и других подобных недугов.

Чтобы нормализовать *кровеное давление*, нужно носить *ремень* на правом запястье, если давление повышено, или на левом запястье, когда давление понижено. Допускается не снимать ремень в течение двух-трех часов при ежедневном применении.

Специально разработанный *ремень для живота* следует носить с целью устранения болезненных состояний в брюшной полости и в спине. Он окажет помощь при колите, грыже, простатите и других подобных болезнях. Сеанс продолжается один-два часа дважды в день.

Наколенный ремень рекомендуется носить на больном колене в течение одного-двух часов один или два раза в день. Процедуры успокоят мышечную боль, вылечат опухоли коленных суставов, артрит и другие недуги. Ремень удобен для продолжительного использования. Его можно надевать сначала на одно колено, затем на другое. Если имеются два ремня, то их следует носить одновременно на обоих коленях.

Способы применения магнита

Мы теперь знаем, что магниты имеют два полюса: северный и южный. Важно выяснить, вызывают ли оба полюса одинаковый эффект при прикосновении к телу. Основатель гомеопатии доктор Ганеман обнаружил различия. Он приготавливал лекарства, используя особенности влияния каждого полюса. В тот же период ученые определили, что намагничивание воды с помощью северного полюса совершенно нейтрализует в ней бактерии, а южный полюс вызывает противоположный эффект — ускоряет их развитие.

На ранних этапах применения магнитотерапии оставалось неясным, почему один из полюсов магнита не оказывает лечебного действия при конкретном заболевании, а противоположный полюс исцеляет. Позже в результате длительных исследований было установлено, что северный полюс помогает бороться с инфекционными болезнями, южный полюс хорошо утоляет боль различного характера.

Разрабатывались две теории лечебного использования магнитных полюсов. В однополюсной теории считалось правильным применение только одного из полюсов в конкретной процедуре, но в двухполюсной теории предполагалось достижение боль-