

Оглавление

Предисловие	5
Глава 1. Рекорды нетрудоспособности	7
Глава 2. Раньше это были люмбаго и радикулиты	10
Глава 3. «Эра» остеохондроза	15
Глава 4. Межпозвонковые диски — против теории остеохондрозов	24
Глава 5. Иглоукалывание опровергает дискогенность остеохондрозов. Да здравствуют диски!	32
Глава 6. Мышечные блокады дисков	39
Глава 7. Компьютерный томограф против теории дискогенных остеохондрозов	53
Глава 8. Человечество не платит за прямохождение	58
Глава 9. Ошибки чемпиона мира по штанге и академика-кардиохирурга, или Два требования эволюции к прямоходящим	65
Глава 10. Как нужно и как нельзя лечить мышечные блокады дисков	76
Глава 11. По-новому о профилактике мышечных блокад дисков	90

4 • • • Новый взгляд на остеохондроз: причины и лечение

Глава 12. Мышечные блокады дисков шейно-грудного отдела позвоночника	96
Глава 13. Правильный выбор лечащего специалиста при блокадах дисков позвоночника	101
Глава 14. Блокады дисков и разрастания позвонков — разные заболевания. Артрозы позвоночника — не благо природы.....	108
Глава 15. Бизнес на блокадах дисков («остеохондрозах»)	116
Глава 16. Профилактику блокад дисков («остеохондрозов») необходимо избавить от некорректных советов	122
Вопрос первый — твердая и ровная постель	122
Вопрос второй — твердая подушка	126
Вопрос третий — физические тренировки	128
Глава 17. Электропунктура по Ледневу. Синдром Преображенского	132
Глава 18. Что увидел доктор Ситель на томограммах позвоночника?	147
Глава 19. Конгресс ICMART в Берлине 14–17 июня 2001 года	152
Заключение	154
Послесловие	155