

**N.Zaporozhets**



**Εφαρμογέας Κουζνετσόβ  
η παντοδύναμη συσκευή  
για μασάζ**

**[www.beautyandnature.gr](http://www.beautyandnature.gr)**

**N. Zaporozhets**

# Η συσκευή μασάζ

(Ο εφαρμογέας Κουζνετσόβ)



Αυτή η ανώδυνη «αγκαθωτή» συσκευή μπορεί να σας βοηθήσει στην επίλυση πολλών προβλημάτων υγείας και εμφάνισης.

Τι είναι αυτό; Πρόκειται για τον εφαρμογέα Κουζνετσόβ. Η συσκευή μασάζ-εφαρμογέας με βελόνες Κουζνετσόβ είναι επάξια πολύ δημοφιλής στην πρώην Σοβιετική Ένωση εδώ και 30 χρόνια, ενώ στην Ευρώπη και στις ΗΠΑ δεν γνώριζαν σχεδόν τίποτα για αυτό για πολύ καιρό. Μόνο στις αρχές των 2000 οι συσκευές μασάζ με βελόνες έγιναν ευρέως γνωστές και σε αυτές τις χώρες.

Είναι ιδιαίτερα αποτελεσματική στην θεραπεία διαφόρων καταστάσεων και ασθενειών και χρησιμοποιείται για την ανακούφιση του πόνου στις αρθρώσεις, τους μύες και τη σπονδυλική στήλη.



Πολύ συχνά, με την εμφάνιση κάποιων δυσάρεστων συμπτωμάτων και την ανάπτυξη ασθενειών εμείς, χωρίς να το πολυσκεφτούμε, πάμε στο φαρμακείο. Ωστόσο, αν μελετήσετε τη σύνθεση ακόμα των πιο αθώων χαπιών, θα μπορείτε να βγάλετε ένα συμπέρασμα για τη χημική τους σύσταση.

Δεν είναι πάντα απαραίτητο να καταναλώνουμε αυτά τα φαρμακευτικά σκευάσματα. Μερικές φορές μπορούμε να λύσουμε τα προβλήματα με τη βοήθεια διαφόρων εναλλακτικών τεχνικών. Έτσι, καλό αποτέλεσμα στην αντιμετώπιση παθολογικών καταστάσεων μπορεί να επιτευχθεί με τη βοήθεια του εφαρμογέα Κουζνετσόβ.

Η δομή του εφαρμογέα είναι πολύ απλή. Στη βάση σε μορφή υφασμάτινου χαλιού είναι τοποθετημένες στρογγυλές ή τετράγωνες πλάκες με αιχμές. Κατά την εφαρμογή του επιτυγχάνεται το αποτέλεσμα του βελονισμού, καθώς και της πιεσοθεραπείας.

## Η λειτουργία του εφαρμογέα



Την ανάπτυξη της συσκευής την οφείλουμε σε έναν επιστήμονα από τη Μόσχα. Οι μελέτες που έγιναν έχουν επιβεβαιώσει την υψηλή απόδοσή της στην αντιμετώπιση διαφόρων παθήσεων.

Τα ενεργά σημεία που βρίσκονται πάνω στο ανθρώπινο δέρμα συνδέονται με τα εσωτερικά όργανα μέσω ενεργειακών καναλιών. Η επίδραση της πίεσης πάνω τους μπορεί να εξομαλύνει τη λειτουργία πολλών συστημάτων του ανθρώπινου οργανισμού.

Καθορισμένη επίδραση σε αυτές τις περιοχές επηρεάζει τη λειτουργία των συνδεδεμένων με αυτές μερών του σώματος. Αυτό μπορεί να εξαλείψει τον πόνο, να θεραπεύσει φλεγμονές κλπ. Εκτός από αυτό, η τεχνική του βελονισμού και της πιεσοθεραπείας μπορεί να τονώσει τη λειτουργία του οργάνου, του συστήματος ή ολόκληρου του οργανισμού.

Έτσι, η χρήση του εφαρμογέα Κουζνετσόβ επιτρέπει την διέγερση του μεταβολισμού εντός του ιστού του χόνδρου, που βρίσκεται στους μεσοσπονδύλιους δίσκους, μειώνει τη φλεγμονή των νευρικών ριζών και βελτιστοποιεί την παροχή του αίματος προς τα εσωτερικά όργανα ή τον εγκέφαλο.

## **Για τη σημασία του μασάζ του αυχένα.**

Οι Βρετανοί επιστήμονες του Πανεπιστημίου του Λιντς ισχυρίζονται ότι με τη βοήθεια των καθημερινών μαλάξεων του αυχένα μπορούμε να ομαλοποιήσουμε τη λειτουργία του εγκεφάλου και να σταθεροποιήσουμε την αρτηριακή πίεση. Κατά τη διάρκεια των μαλάξεων ενεργοποιούνται πολύπλοκες αλυσίδες νευρώνων. Όπως φαίνεται, η διέγερση των μυών του αυχένα λειτουργεί ευεργετικά στη λειτουργία εκείνων των περιοχών του εγκεφάλου οι οποίες είναι υπεύθυνες για τη σταθερή αρτηριακή πίεση.

Οι μαλάξεις του αυχένα προστατεύουν την καρδιά από διάφορες παθήσεις. Κατά τη γνώμη των επιστημόνων, το αποτέλεσμα δεν διαφέρει από εκείνο των νεότερων ιατρικών σκευασμάτων που βελτιώνουν την κατάσταση των αγγείων.

# Η εφαρμογή



Ο εφαρμογέας Κουζνετσόβ καθιερώθηκε επάξια στην θεραπεία των παθήσεων του μυοσκελετικού συστήματος, συμπεριλαμβανομένης της ισχιαλγίας και της οστεοχόνδρωσης, και μπορεί να χρησιμοποιηθεί για την αντιμετώπιση της οστεοαρθρίτιδας, των ρευματικών προβλημάτων, της αρθρίτιδας, των πονοκεφάλων, της χρόνιας κόπωσης και των προβλημάτων ύπνου.

Τον χρησιμοποιούν και στη θεραπεία των οργάνων του πεπτικού συστήματος, στην εξάλειψη των διαφόρων σεξουαλικών δυσλειτουργιών, ειδικά της ανικανότητας. Είναι επίσης πολύ αποτελεσματικός στην ανάταξη ολόκληρου του οργανισμού.

Η χρήση του εφαρμογέα έχει επεκταθεί και στην κοσμετολογία. Η εφαρμογή του είναι αποτελεσματική στην αντιμετώπιση των ρυτίδων, διότι η συσκευή βελτιώνει την τοπική κυκλοφορία και δρα χαλαρωτικά στις μιμητικές ρυτίδες. Ως αποτέλεσμα της χρήσης της συσκευής μασάζ με βελόνες, ενισχύεται η μικροκυκλοφορία στους ιστούς και ο μεταβολισμός,

ενώ τα κύτταρα της επιδερμίδας λαμβάνουν ισχυρή ώθηση, η οποία τα αναγκάζει να αναγεννώνται ενεργά.



Ο εφαρμογέας δίνει ιδιαίτερα καλά αποτελέσματα στην θεραπεία των λεπτών ρυτίδων. Η συσκευή μασάζ πρέπει να χρησιμοποιείται στο πρόσωπο προσεκτικά και να εφαρμόζεται με μικρή πίεση.

Ο εφαρμογέας αποτελεί ένα απαραίτητο εργαλείο στην καταπολέμηση της κυτταρίτιδας. Η επίδρασή του ενεργοποιεί την κυκλοφορία του αίματος, βελτιώνει τη μικροκυκλοφορία, συσφίγγει τους μύες, εξαλείφοντας την «φλούδα πορτοκαλιού» και μειώνοντας τη φλεγμονή.

Αυτό το χαρακτηριστικό της συσκευής επιτρέπει να την χρησιμοποιούμε και για το αδυνάτισμα. Η χρήση του εφαρμογέα μετά τη γέννα συμβάλλει στην ταχεία σύσφιξη των κοιλιακών μυών και στη μείωση του πόνου στην περιοχή της πυέλου δακτυλίου. Σε ορισμένες



περιπτώσεις, η συσκευή μπορεί να χρησιμοποιηθεί σε μια ολοκληρωμένη αντιμετώπιση της παχυσαρκίας.



Πρόληψη των ασθενειών που σχετίζονται με τον καθιστικό τρόπο ζωής. Όταν οι μύες είναι σε κατάσταση ηρεμίας για μεγάλο χρονικό διάστημα – ατροφούν, μειώνεται το βάρος και η δύναμή τους.

Ο κανόνας αυτός ισχύει και για το νευρικό σύστημα. Εάν δεν ληφθεί κανένα μέτρο, αυτό μπορεί να οδηγήσει όχι μόνο σε μυϊκή αδυναμία και χαλάρωση, αλλά και σε σοβαρές συστηματικές διαταραχές. Τακτικό μασάζ με βελόνες επιτρέπει την αποφυγή της ανάπτυξης ατροφίας των νευρικών ιστών και των συνεπειών της.

Αυτό οφείλεται στο γεγονός ότι κατά την πίεση των βελόνων μια ισχυρή ροή ώθησης κατευθύνεται από το δέρμα προς τον εγκέφαλο και πίσω. Με την τακτική εφαρμογή το νευρικό σύστημα αρχίζει και πάλι να εκτελεί πλήρως τη λειτουργία του.

Κάνοντας μασάζ με βελόνες μπορούμε να έχουμε μια εξαιρετική ευκαιρία να απαλλαγούμε από τους αιώνιους συνοδοιπόρους της σύγχρονης ζωής - το άγχος και την ένταση. Το χαλαρωτικό μασάζ μειώνει την κόπωση, τόσο σωματική, όσο και ψυχολογική και βελτιώνει τον ύπνο.



Η χαλαρωτική επίδραση βασίζεται στην ιδιαίτερη αντίδραση των σκελετικών μυών στο μασάζ με βελόνες, κατά το οποίο οι μύες αρχικά τεντώνονται, και στη συνέχεια, μετά από λίγο, αρχίζουν να χαλαρώνουν. Εμφανίζεται η αίσθηση της ζεστασιάς, της ροής του αίματος και γενικής χαλάρωσης.

Στην πραγματικότητα, η χρήση της συσκευής είναι πολύ απλή. Απλώς πρέπει να εφαρμοστεί πιο σφιχτά στην επιφάνεια του δέρματος, χρησιμοποιώντας το σωματικό βάρος, τα χέρια ή την επίδεση με ελαστικό επίδεσμο. Η διάρκεια αυτής της εφαρμογής μπορεί να είναι από 1 έως 5 λεπτά.

## **Πώς πρέπει να χρησιμοποιείται ο εφαρμογέας Κουζνετσόβ για τη θεραπεία των συγκεκριμένων παθήσεων;**

Για να απαλλαγούμε από τον πόνο, η συσκευή πρέπει να εφαρμοστεί στην περιοχή που εντοπίζονται τα δυσάρεστα συμπτώματα, να πιεστεί με το χέρι (χέρια) έως τα όρια ανοχής του πόνου. Η πίεση πρέπει να διαρκέσει περίπου για ένα λεπτό. Επαναλαμβάνετε την εφαρμογή με παύσεις μέχρι την πλήρη εξάλειψη του πόνου.

Για να ανακουφιστεί η κεφαλαλγία, η συσκευή μασάζ εφαρμόζεται στην περιοχή του αυχένα, η οποία βρίσκεται κάτω από τη γραμμή της ανάπτυξης των μαλλιών.

Για να ομαλοποιηθεί ο ύπνος του ασθενούς, η συσκευή μασάζ πρέπει να τοποθετηθεί στο κεντρικό τμήμα της σπονδυλικής στήλης ανάμεσα στις ωμοπλάτες. Επίσης, η συσκευή μπορεί να στερεοποιηθεί στις πατούσες και των δύο ποδιών. Η διάρκεια μιας τέτοιας συνεδρίας είναι από 5 έως 10 λεπτά, και επιθυμητό είναι να πραγματοποιείται ακριβώς πριν από τον νυχτερινό ύπνο.

Για να αποκατασταθεί η ικανότητα για εργασία, μπορούν να ενεργοποιηθούν οι τομείς όπως ο αυχένας, η πίσω επιφάνεια του λαιμού, καθώς επίσης οι πατούσες των ποδιών και η παλάμη του αριστερού χεριού.

Για την αποκατάσταση της σεξουαλικής λειτουργίας, η συσκευή μασάζ στερεώνεται στην περιοχή του ιερού οστού, της οσφυϊκή μοίρας και των πατουσών.



Ο εφαρμογέας Κουζνετσόβ έχει επανειλημμένα δοκιμαστεί από τους επιστήμονες και με συνέπεια απέδειξε την αποτελεσματικότητά και την ασφάλειά του. Για παράδειγμα, η μελέτη που διεξήχθη στο Πανεπιστήμιο της Βόρειας Καρολίνας (ΗΠΑ) έδειξε ότι από τα 126 άτομα που χρησιμοποίησαν τον εφαρμογέα, το 98% ανέφερε μείωση του πόνου, 96% ανέφερε ότι ένιωθαν χαλάρωση, σε 94% βελτιώθηκε η ποιότητα του ύπνου, ενώ το 81% ανέφερε την αύξηση του επίπεδου της ζωτικής ενέργειας.

Περίπου οι μισοί από τους ασθενείς με αλλεργία έχουν αναφέρει την ανακούφιση των συμπτωμάτων τους. Ακόμη και αυτοί που δεν είχαν εμφανή προβλήματα υγείας ανέφεραν μία ή περισσότερες θετικές επιδράσεις του εφαρμογέα.

Δεν χρειάζεται να ξοδεύετε χρήματα για θεραπευτές μασάζ και βελονιστές. Οι υπηρεσίες αυτών των ειδικών είναι πολύ ακριβές.

Αυτό που είναι σημαντικό και κάνει αυτή τη συσκευή μασάζ τόσο μοναδική είναι ότι με μια επιδείνωση οποιασδήποτε φλεγμονής, και ειδικά στη σπονδυλική στήλη, το μασάζ αντενδείκνυται. Με αποτέλεσμα, η φλεγμονή να απομακρύνεται μόνο ιατρικά, ενώ ο εφαρμογέας χρησιμοποιείται πολύ αποτελεσματικά σε αυτό το στάδιο της επιδείνωσης.

## **Τι θα κερδίσετε, αποκτώντας αυτή τη συσκευή μασάζ.**

Όλοι έχουν προβλήματα με τη σπονδυλική τους στήλη. Εάν δεν έχουν τώρα, ενδεχομένως, να τα αποκτήσουν αργότερα.

Η συγκεκριμένη συσκευή μασάζ είναι ο καλύτερος τρόπος πρόληψης όποιων μελλοντικών προβλημάτων. Σε περίπτωση που ήδη έχετε ενοχλήσεις στην σπονδυλική στήλη, η συσκευή όχι μόνο θα σας απαλλάξει από τους πόνους, αλλά αποτελεσματικά, με ασφάλεια και χωρίς παρενέργειες θα βελτιώσει την κατάσταση της σπονδυλικής σας στήλης ή θα συμβάλλει στην θεραπεία.

Θα έχετε πλέον επείγουσα βοήθεια μέσα στο σπίτι σας, που γρήγορα και με ευκολία θα σας ανακουφίσει από το στρες και την υπέρταση, και θα είναι το υπνωτικό σας. Οι γυναίκες θα εκτιμήσουν ιδιαίτερα την βελτίωση της κατάστασης του δέρματός τους.

**Έτσι, η χρήση του εφαρμογέα Κουζνετσόβ σας επιτρέπει να επιτύχετε αποτελέσματα, όπως:**

- Βελτίωση της κυκλοφορίας του αίματος.
- Ενθάρρυνση μεταβολικών διεργασιών σε κυτταρικό επίπεδο.
- Αυξημένη αγωγιμότητα των νευρικών απολήξεων.
- Μείωση του πόνου, απαλλαγή από τον πόνο.
- Αύξηση του μυϊκού τόνου και ταυτόχρονη χαλάρωση του σώματος.
- Δημιουργία βιορυθμών και ύπνο.

**Αντενδείξεις:**

- Η παρουσία των γραμμομορίων των κονδυλωμάτων στις περιοχές εφαρμογής του εφαρμογέα.
- Δερματίτιδα διαφόρων προελεύσεων.
- Θρομβοφλεβίτιδα.
- Πυρετός.
- Εγκυμοσύνη.

Κατά τη διάρκεια της χρήσης του εφαρμογέα, μπορεί να έρθετε αντιμέτωποι με αυξομειώσεις της πίεσης, ταχυκαρδία, εμβοές και «βάρος στο κεφάλι». Σε αυτήν την περίπτωση, πρέπει να τερματίσετε τη συνεδρία. Ωστόσο, με την καθημερινή χρήση του μασάζ η δυσφορία θα εξαφανιστεί.

Η εφαρμογή πρέπει να ξεκινά σταδιακά από 1-2 λεπτά ανά συνεδρία και να φτάνει στα 5-10 λεπτά.

# Ανακεφαλαίωση



Δεν ξέρω αν θα βρεθεί σήμερα έστω ένας άνθρωπος, οποιασδήποτε ηλικίας, που δεν έχει προβλήματα με τη σπονδυλική του στήλη. Ο καθένας μας τα ξεπερνά με τον δικό του τρόπο. Η σύγχρονη ιατρική μας δίνει δυο λύσεις: αναλγητικά φάρμακα και εγχείρηση.

Το 90% των περιπτώσεων δεν διαγιγνώσκονται και σταδιακά καταστρέφουν τη σπονδυλική μας στήλη, υποτροπιάζοντας κατά καιρούς, μειώνοντας την παραγωγικότητά μας και προκαλώντας αβάσταχτους πόνους.



Σαν αποτέλεσμα, αποκτάμε σοβαρά προβλήματα υγείας: χρόνιους πονοκεφάλους, αρτηριακή πίεση, εμφράγματα, εγκεφαλικά επεισόδια, κύστες στη σπονδυλική στήλη, οστεοπόρωση.

Τα καλά νέα, όμως, είναι ότι μπορούμε να αποφύγουμε σοβαρά προβλήματα εάν παίρνουμε προληπτικά μέτρα. Ο εφαρμογέας Κουζνετσόβ θα αποδειχθεί ο αποτελεσματικός μας σύμμαχος, ο οποίος θα είναι πάντα στη διάθεσή μας. Είναι μια απλή, οικονομική λύση, που δεν απαιτεί ούτε χρήματα, ούτε χρόνο.

Νομίζω θα εκτιμήσετε δεόντως αυτόν τον «ιατρό» και εγώ θα χαρώ πολύ, αν με τη βοήθειά του θα βελτιώσετε την κατάσταση της υγείας σας και την εμφάνισή σας.

Σαν απόδειξη όσων λέω, σας προσκαλώ να επισκεφτείτε το YouTube κανάλι μου, όπου έχω δημοσιεύσει τα χορευτικά μου. Κάποια είναι σε στυλ ζούμπα, άλλα είναι αυθόρμητες χορευτικές κινήσεις, τις οποίες άρχισα να κάνω σε ηλικία 73 χρονών. Χάρη στον εφαρμογέα απέκτησα την ευλυγισία και την κίνηση που δεν είχα ούτε στα 50. Αισθάνθηκα την ακαταμάχητη επιθυμία να εκφραστώ με έντονες κινήσεις με συνοδεία δυναμικής και γρήγορης μουσικής.

Δεν φτάνει όμως απλώς να εφαρμόζετε τη συσκευή. Μεγάλη σημασία έχουν τα ποιοτικά «καύσιμα» που θα προσφέρετε στον οργανισμό σας. Με άλλα λόγια θα πρέπει να καταναλώνετε υγιεινά προϊόντα και να τα ετοιμάζετε σωστά. Σε αυτό θα είναι αφιερωμένα τα επόμενα βιβλία μου.