

## УВАЖАЕМЫЕ ДРУЗЬЯ, КОЛЛЕГИ, ПАЦИЕНТЫ!

Помимо термина **«народная медицина»**, в том же значении иногда используется термин **«традиционная медицина»**. «Традиционная медицина» по определению Всемирной организации здравоохранения относится к таким направлениям как: **китайская медицина, индийская аюрведа, арабская медицина унани и другие формы медицины коренных народов.**

К разделу «Народной медицины» относят и **«Альтернативную медицину»** — т.е., то собирательное название методов, которые используются для лечения или предотвращения болезней, но не подкреплены научными доказательствами их эффективности и безопасности. Действие методов альтернативной медицины опирается на феномены, существование которых не доказано и часто несовместимо с принципами современной науки. Типичными примерами альтернативной медицины являются **гомеопатия и натуропатия.**

Альтернативную медицину часто называют нетрадиционной, так как она часто применяется вместо официальной медицины и в противовес ей. Что не верно по формулировке, т.к. **именно народная медицина является традиционной**, уходящей своими корнями в историю народа, его опыта, традиций, мировосприятия.

Если методы альтернативной медицины используются совместно с общепринятыми, такую практику называют **комплементарной медициной** (от англ. complementary — дополняющий). На Западе применяется также термин «комплементарная и альтернативная медицина» (англ. Complementary and Alternative Medicine, CAM), объединяющий комплементарные и альтернативные практики.

### **Методы и методики народной медицины:**

- Ароматерапия
- Апитерапия (лечение продуктами пчеловодства), апифитотерапия (с добавлением растений)
- Водолечение (гидротерапия)
- Гирудотерапия (лечение пиявками)
- Голодание
- Скипидарные ванны
- Талассотерапия (лечение морскими водорослями, солями, грязями)
- Траволечение (фитотерапия)
- Фунготерапия (лечение грибами)
- Акупунктура (иглоукалывание) и традиционная китайская медицина
- Акупрессура (точечный массаж)
- Аюрведа
- Биоэнергетика
- «Вибрационная медицина»
- Имидж-терапия и другие методы «медицинского цигуна»
- Крайне высокочастотная (КВЧ) терапия
- Литотерапия
- «Лечение» баней
- Магнитотерапия
- Мануальная терапия

- Медицина Болотова
- Мезотерапия
- Остеопатия
- Рэйки
- Тета-хилинг
- Су-джок (прижигания полынью и другие методы традиционной восточной медицины)
- Бурятско-Тибетская медицина
- Уринотерапия (лечение всех болезней мочой, в том числе упаренной)
- Энергетическая медицина
- Энотерапия (винолечение)
- Шиацу
- И некоторые другие.

**Кроме обычных методов оценки пациента: опрос, осмотр, пальпация, аускультация, в «Народной медицине» применяются:**

- Биорезонансная диагностика
- Гемосканирование — диагностика по внешнему виду кровяных телец
- Иридодиагностика — диагностика по внешнему виду радужки глаза
- Метод Фолля — диагностика путём измерения электрического сопротивления между различными точками на коже человека
- Прикладная кинезиология — хиропрактический метод диагностики и терапии, декларирующий связи мышечного напряжения (тонуса) с состоянием внутренних органов и систем организма и предлагающий способы корректирующего немедикаментозного воздействия на них.
- Диагностика по языку (используется в аюрведе; китайской традиционной медицине)

**Методики народной медицины безусловно эффективны для профилактики возникновения заболеваний или восстановительного лечения. Но они могут успешно применяться и при патологических состояниях. Например, таких как:**

1. Кашель.
2. Запоры.
3. Кожная патология.
4. Аллергические реакции кожного типа.
5. Выпадение волос.
6. Дерматиты и экземы.
7. Бессоница и затруднённое засыпание.
8. Тревожность.
9. Храп.
10. Псориаз.
11. Суставные боли.
12. Остеохондроз
13. Избыточный вес.
14. Зашлакованность организма
15. Заболевания почек.
16. Эректильная дисфункция и многие другие.

Познакомиться с этапами становления "Народной медицины" как в России, так и во всём мире, можно открыв для себя работы двух русских врачей -

М.М.Добротворского и Н.В.Кирилова (на основе материалов второй половины XIX - начала XX вв.).

<https://cyberleninka.ru/article/n/k-istorii-izucheniya-narodnoy-meditsiny-v-rossii-m-m-dobrotvorskiy-i-n-v-kirilov/viewer>

**Уважаемые пациенты.**

**Если Вас интересуют методики народной медицины, рецептуры фитосборов и они Вам нужны, обращайтесь через сайт (раздел «Контакты»).**

**Вы будите проинформированы о возможных вариантах лечения, получите контакты специалистов, работающих в сфере «комплементарной и альтернативной (народной) медицины».**