

ВОСТОЧНАЯ МЕДИЦИНА НА КАЖДЫЙ ДЕНЬ

ЛАО МИНЬ
ДМИТРИЙ КОВАЛЬ

И ПЛИКАТОР
КУЗНЕЦОВА
и ПРАНАМАТ

ВЕРНИТЕ ЗДОРОВЬЕ СВОЕЙ СПИНЕ И ШЕЕ!



Издательство
АСТ
Москва

УДК 615.821.2
ББК 53.584
Л23

*Все права защищены.
Никакая часть данной книги
не может быть воспроизведена в какой
бы то ни было форме без письменного
разрешения владельцев авторских прав.*

Лао Минь.

Л23 Ипликатор Кузнецова и Пранамат. Верните здоровье своей спине и шее! / Лао Минь, Дмитрий Коваль. — Москва : Издательство АСТ, 2019. — 240 с. — (Восточная медицина на каждый день).

ISBN 978-5-17-115117-1

Вот уже долгие годы не смолкают споры вокруг удивительного изобретения Кузнецова — ипликатора. А само изобретение тем временем приобретает все больше поклонников по всему миру, прибор совершенствуется, появляются современные аналоги. И сейчас ипликатор продолжают активно использовать не только дома, но и в медицинских учреждениях, несмотря на то что появляются новые методы лечения, новые лекарства. В чем секрет такого долголетия этого игольчатого коврика? В простоте, дешевизне и высокой эффективности.

В этой книге вы найдете советы по наиболее эффективному использованию ипликатора Кузнецова и его современного аналога Пранамата, основанные на многовековом опыте медицины Востока.

*Данное издание не является учебником по медицине.
Все лечебные процедуры должны быть согласованы
с лечащим врачом.*

Макет подготовлен редакцией



Мы в социальных сетях. Присоединяйтесь!

vk.com/prime_ast
www.instagram.com/prime.ast
www.facebook.com/praim.ast



ISBN 978-5-17-115117-1

© Лао Минь, 2019
© Коваль Д., 2019
© ООО «Издательство АСТ», 2019



СОДЕРЖАНИЕ

ОТ АВТОРА	9
ЧУДО-ПРИБОР ИЗ ПРОШЛОГО	12
О чем эта книга	15
ИПЛИКАТОР КУЗНЕЦОВА И ПРАНАМАТ. ЧТО ЭТО ТАКОЕ?	17
История создания ипликатора Кузнецова	18
Пранамат	20
Как работает ипликатор	21
Ткани-прародители	21
Сигнал о болезни	22
Показания для применения ипликаторов	23
Противопоказания	25

Описание ипликатора Кузнецова	27
Какой ипликатор лучше купить	28
Как ухаживать за ипликатором.....	29
Способы применения ипликатора Кузнецова и Пранамата	30
Лечим больной орган или организм в целом	30
Как правильно проводить процедуры с ипликатором Кузнецова и Пранаматом	35
Что вы можете почувствовать при применении ипликатора	38

ПРИМЕНЕНИЕ ИПЛИКАТОРА ДЛЯ ЛЕЧЕНИЯ РАЗНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ

39

Упражнения с ипликатором Кузнецова и Пранаматом	40
Что дает гимнастика	40
Что вам понадобится	41
Упражнение 1	42
Упражнение 2	44
Упражнение 3	44
Упражнение 4	45
Упражнение 5	46

Упражнение 6	46
Упражнение 7	47
Упражнение 8	48
Упражнение 9	49
Упражнение 10	50
Упражнение 11	51
Заболевания опорно-двигательного аппарата	52
Заболевания суставов	53
Остеохондроз	64
Контрактуры (стойкое сведение мышц)	66
Подагра	68
Заболевания желудочно-кишечного тракта	71
Гастрит	72
Панкреатит	77
Дискинезия желчных путей	80
Хронический колит	84
Дуоденит	88
Функциональные расстройства желудка и кишечника	91

Заболевания сердечно-сосудистой системы	94
Периферические сосудистые расстройства	95
Нейроциркулярная дистония	101
Варикозное расширение вен	108
Заболевания дыхательной системы	111
Бронхит	112
Бронхиальная астма	116
Профилактика острых респираторных заболеваний	119
Заболевания мочеполовой системы	122
Пиелонефрит	123
Цистит	127
Уретрит	130
Простатит	133
Импотенция	137
Предменструальный синдром	139
Болезненные менструации	143
Климактерический синдром	145
Фригидность	149

Нервные и эмоциональные расстройства	151
Невралгия.....	153
Корешковые и мышечные боли	156
Моно- и полиневриты	159
Шейно-плечевой синдром	163
Бессонница.....	166
Головная боль	169
Стресс	171
Невроз.....	175
Снижение работоспособности	177
Косметический эффект	180
Целлюлит	181
Ожирение	185
Потеря эластичности и нормального тонуса кожи	189
ПРИЛОЖЕНИЕ.	
ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ МЕТОДИКИ, ПОЗВОЛЯЮЩИЕ БОЛЕЕ ЭФФЕКТИВНО ПРИМЕНЯТЬ ИПЛИКАТОРЫ	193
Акупунктура	194
Китайский взгляд на здоровье	194

Классификация меридианов	201
Акупунктурные точки	217
Остеопатия	221
Триггерные точки	222
Виды триггерных точек.....	224
Области расположения триггерных точек, отвечающих за определенные органы	230





ОТ АВТОРА

Много лет назад, уже сам будучи врачом, я стал пациентом. Медики обычно не любят лечиться. Но с болями в позвоночнике шутить не стоит.

И вот я, обычный терапевт районной поликлиники, пошел к коллегам. Невропатолог из-за болевого синдрома в спине делал мне блокады, массажист разминал мышцы и признавался, что «до конца справиться не удалось, через несколько месяцев надо провести еще сеанс». Ортопед рекомендовал ЛФК, и упражнения приносили облегчение на некоторое время. А потом боль возвращалась, и на то были тысячи причин: образ жизни, возраст, травмы, остеохондроз, не привыкшие работать мышцы, которые не могут сформировать хороший «корсет» для поддержки позвоночника, отсутствие времени на системные занятия собой.

Так продолжалось до тех пор, пока я не попал на прием к рефлексологу. После первого же сеанса мое состояние заметно улучшилось. Я был так поражен, что сам заинтересовался восточными методами лечения путем воздействия на активные точки, а потом не на шутку увлекся ими. Чем больше я узнавал об исцеляющих точках, тем больше инструментов лечения оказывалось в моих руках. Не буду скрывать, что разбираться в книгах было непросто. Я не нашел текста, где на нескольких страницах было бы собрано все о лечении позвоночника или, скажем, щитовидки. У восточных целителей непривычный подход к описанию болезней и неожиданное для нас обозначение причин.

Именно тогда я познакомился с человеком, которого я с полным правом могу назвать своим Учителем — именно так, с большой буквы. Лао Минь — потомственный китайский целитель: восточную медицину изучали и практиковали все мужчины в его роду с незапамятных времен. Волею судеб оказавшись в России, Лао Минь разработал свою уникальную методику обучения приемам китайской и корейской медицины сначала российских врачей, а потом — и всех желающих восстановить свое здоровье и сохранить его на долгие годы. С его помощью мной и были

созданы несколько книг, посвященных различным восточным техникам оздоровления и предназначенных для самой широкой читательской аудитории.

И эта книга — не исключение. Посвященная удивительному прибору, возвращающему здоровье, — ипликатору, изобретенному в 20-м веке, — в своей основе она опирается на древние знания целителей Востока. Все главы, посвященные воздействию на биологически активные точки человеческого тела, написаны совместно с Лао Минем и под его чутким руководством.

Дмитрий Коваль





ЧУДО-ПРИБОР ИЗ ПРОШЛОГО

Вот уже долгие годы не смолкают споры вокруг удивительного изобретения Кузнецова — ипликатора. А само изобретение тем временем приобретает все больше поклонников по всему миру, прибор совершенствуется, появляются современные аналоги. Поколения меняются, а история ипликатора, которая началась тридцать лет назад, не заканчивается и по сей день.

С 80-х годов прошлого века в СССР населению было реализовано по разным оценкам от 50 до 70 млн комплектов ипликатора Кузнецова и его модификаций.

И. В. Ильинцев
«Феномен ипликатора Кузнецова.
Энциклопедия игольчатого массажа»

В 1980-е годы еще не было никакой рекламы, популярные артисты не рассказывали задушевными голосами о том, что нужно купить очередное чудо-средство от всех болезней!

Зато хорошо работало так называемое «сарфанное радио». От врачей или знакомых, родственников или друзей, которым ипликатор уже помог, люди узнавали о существовании простого и очень эффективного прибора, созданного Кузнецовым.

И сейчас ипликатор продолжает активно использоваться не только дома, но и в медицинских учреждениях, несмотря на то, что появляются новые методы лечения, новые лекарства.

Новые игольчатые аппликаторы, такие как, например, Тибетский ипликатор, Пранамат, в основе своего устройства имеют тот же принцип, что и их общий прародитель — ипликатор Кузнецова.

В чем же секрет такого долголетия ипликатора? В простоте, дешевизне и высокой эффективности. Сложно найти средство, в котором бы эти три качества сочетались бы так же, как в ипликаторе Кузнецова.

Простота. Ипликатор — это всего лишь кусок ткани с нашитыми на нем иголочками. Чтобы

применять его — не нужно специальное образование: он действует по принципу «заболело — приложил ипликатор».

Дешевизна. Ипликатор стоит около 200 р. Он не портится и не имеет срока годности. Может служить всей семье.

Эффективность. Известно, что на коже человека расположены так называемые рефлекторные зоны, точки акупунктуры, при затрагивании которых (иглами, массажем, ипликатором Кузнецова) происходит симуляция различных органов и систем организма. На этом построены такие техники, как иглоукалывание, массаж, остеопатия и... ипликатор Кузнецова. Вот только прием у врача-рефлексотерапевта обойдется в несколько раз дороже, чем покупка ипликатора, а эффект будет почти такой же.

Множество заболеваний лечит ипликатор. Конечно, в первую очередь помогает при болях в спине, шее, суставах, спортивных травмах и растяжениях. Но также приносит пользу при различных расстройствах нервной системы, бессоннице, головных болях. Женщины давно оценили пользу ипликатора для поддержания све-

жести и молодости кожи, а также для борьбы с лишним весом и целлюлитом.

Несмотря на кажущуюся простоту, ипликатор Кузнецова является мощным оружием в борьбе с болью и расстройствами нашего организма.

О чем эта книга

Прочитав эту книгу, вы узнаете:

- ⦿ что такое ипликатор Кузнецова и Пранамат;
- ⦿ как они воздействуют на организм;
- ⦿ с какими лечебными методиками связаны более всего;
- ⦿ кому необходимо, а кому может принести вред их использование;
- ⦿ как правильно применять ипликатор Кузнецова и Пранамат;
- ⦿ какие заболевания можно вылечить при помощи ипликаторов;
- ⦿ как похудеть, используя ипликатор Кузнецова и Пранамат.