**Магнитотерапия**

Хотя терапевтическое воздействие магнитных полей использовалось еще в древности, лишь в последние десятилетия исследования в этой области привели к ощутимым результатам.

Магнитотерапия - направление физиотерапии, основанное на воздействии постоянного или переменного магнитного поля низкой частоты на весь организм (общая магнитотерапия) или его часть (локальная магнитотерапия).

Магнитные поля оказывают противовоспалительное, противоотечное, седативное, болеутоляющее действие. Под воздействием магнитных полей улучшается микроциркуляция крови, стимулируются регенеративные процессы в тканях.

Показаниями для назначения магнитотерапии являются:

• заболевания сердечнососудистой системы (ишемическая болезнь сердца, гипертоническая болезнь 1стадии);

• заболевания органов пищеварения (язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки и др.);

• заболевания периферических сосудов (облитерирующий эндартериит, атеросклероз сосудов нижних конечностей, хроническая венозная недостаточность с наличием трофических язв, тромбофлебит и др.).

Магнитотерапия позволяет улучшить общее состояние, повысить устойчивость к различным неблагоприятным факторам (радиационное облучение) и расширить компенсаторные возможности организма.

При болях различного происхождения, особенно в суставах, при остеохондрозе, болезненных шишках, приложите небольшой магнит и он успокоит вашу боль. Чем больше магнит, тем сильнее его действие. Однако, это не всегда благотворно. Поэтому подбирайте его по самочувствию.

Много хлопот доставляют разросшиеся косточки у больших пальцев стоп. Природа этих костных разрастаний - нарушение обмена веществ. Косточки хорошо рассасываются от употребления в пищу намагниченной воды. На водопроводный кран надевают магнитотрон на 2-3 месяца и используют эту воду для приготовления пищи, для чая, просто пьют. Соли уходят постепенно, безболезненно, день ото дня ноги беспокоят все меньше. Конечно, отложение солей, если не изменить диету, будет происходить снова. Поэтому, наряду с лечением косточек, надо очищать весь организм. Этому способствует очистительные клизмы, бег, массаж, обливание и обтирание, намагниченная вода.

Глубокую депрессию можно лечить не только методом шоковой терапии, но и более гуманным способом, используя магнитотерапию. Ученые из Иллинойского университета в Чикаго пришли к выводу, что это не менее эффективный в данном случае метод.

Этот метод предусматривает многократную магнитную стимуляцию, при которой в головной мозг больного в течение 10-15 минут поступают мощные магнитные сигналы. В отличие от шоковой терапии, в результате которой пациент может потерять сознание, магнитотерапия оказывает мягкое воздействие на организм и не требует в дальнейшем применение седативных препаратов.

Кроме того, пациенты, прошедшие курс магнитотерапии, не жалуются на потерю памяти, что часто происходит в случае метода шоковой терапии. Единственным побочным явлением, зарегистрированным в ходе исследований, оказалась умеренная головная боль, возникавшая у некоторых пациентов.

Пока ученые не готовы дать ответ на вопрос о том, какие процессы происходят в организме человека в случае использования метода магнитотерапии. Однако они предполагают, что под воздействием магнитных импульсов, интенсифицируется процесс кровообращения и химической активности в коре головного мозга человека.