

ПРЕЗЕНТАЦИЯ  
ПО МАССАЖУ НА ТЕМУ  
«СУ-ДЖОК ТЕРАПИЯ»

---

*Презентацию выполнили*

*Студентки группы 03-2ПЭ*

*Кузнецова Наталья и Кузнецова Виктория*

# ЧТО ТАКОЕ СУ-ДЖОК ТЕРАПИЯ

❖ Су-джок – сравнительно молодой способ оздоровления. Суть терапии су-джок в том, что, руководствуясь атласом рецепторных точек на ладони и стопе, воздействуют на рефлекторно связанные с ними органы.

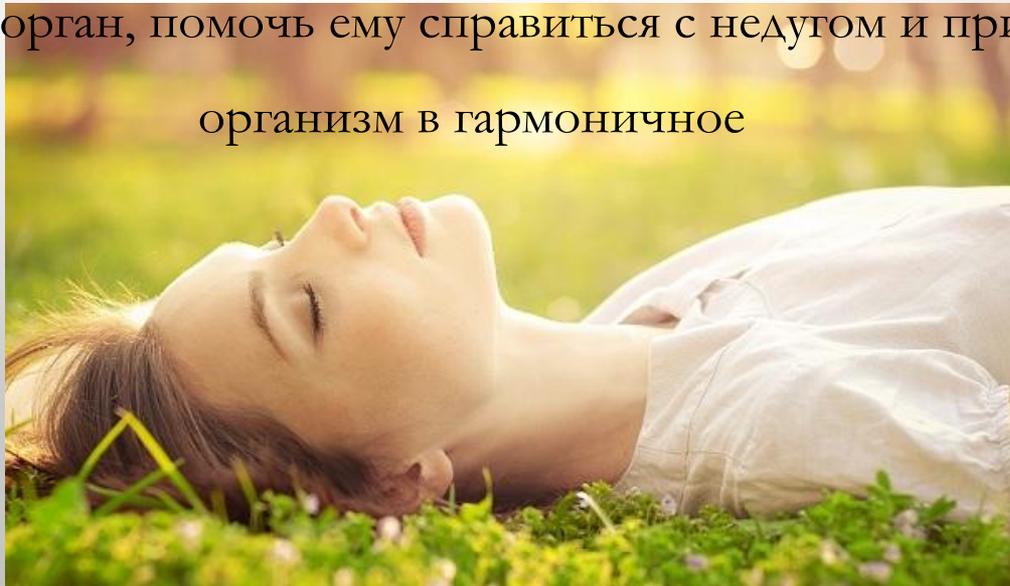
# ПАК ДЖЕ ВУ

❖ Пак Дже Ву, корейский профессор, в 1984 году предложил оригинальный метод рефлексотерапии рук и стоп (су — кисть; джок — ступня). Согласно восточной медицине, все органы имеют проекции на кистях рук и стопах — так называемые точки соответствия.



# ЦЕЛЬ ТЕРАПИИ

- ❖ Цель терапии – найти болевые точки, активизировать через них больной орган, помочь ему справиться с недугом и привести организм в гармоничное



# ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

❖ Для активизации точек пользуются палочками, полынными сигарами, семенами, светом. Можно массировать спичкой, карандашом и другими предметами искусственного и естественного происхождения.



# ПРЕИМУЩЕСТВА МЕТОДА

❖ В отличие от медикаментозного способа лечения, метод безопасен, ему не трудно обучиться, он эффективен при многих заболеваниях:

дыхательной системы;

мочеполовой системы; проблемах с кожей;

воспалительных процессах разной этиологии (причины); пищеварительных расстройствах;

заболеваниях нервной системы;

сердечно-сосудистых проблемах и тд.

# СУ-ДЖОК ТЕРАПИЯ ПРИ ГОЛОВНОЙ БОЛИ

❖ Чтобы снять боль, вначале определяют ее локализацию. Часто причина кроется в нарушении работы какого-либо органа. Боль в висках – проблема в желчном пузыре. Если болит затылок, то причиной может быть мочевой пузырь или шейный отдел позвоночника. Ощущение боли в области лба – возможны проблемы с желудком.



# ПРОДОЛЖЕНИЕ

- ❖ РУКОВОДСТВУЯСЬ АТЛАСОМ ТОЧЕК НА ЛАДОНИ, С ПОМОЩЬЮ ПАЛОЧКИ, СПИЧКИ, НОГТЯ НАХОДЯТ БОЛЕЗНЕННОЕ МЕСТО И МАССИРУЮТ ЕГО 2-3 МИНУТЫ.
- ❖ Если боль не проходит, рекомендуется приложить к рецепторной зоне раздражитель: зерна гречки, проса, риса. Зерна наклеивают на пластырь и прикладывают к зоне (до 8 часов), надавливая на них время от времени. Затем их заменяют новыми.

# СУ-ДЖОК ТЕРАПИЯ ПРИ КАШЛЕ И ПРОСТУДЕ

- ❖ Если болит горло, массируют рецепторные точки миндалин, трахеи, гортани – сгиб фаланги большого пальца и немного ниже. Если плохо отходит мокрота, массируют большие пальцы рук, надавливая снизу-вверх.
- ❖ После массажа на зоны рекомендуется приклеить маленький горчичник (до легкого жжения). Отхождению мокроты способствуют семена тыквы, дыни, винограда.



# СУ-ДЖОК ТЕРАПИЯ ПРИ ОНКОЛОГИИ

❖ Применяется в качестве основного способа лечения с положительным результатом. Но при онкологических заболеваниях нельзя отказываться от приема лекарств и совета лечащего врача, который примет во внимание тяжесть и течение болезни.



## СУ-ДЖОК ТЕРАПИЯ ПРИ ИНСУЛЬТЕ И СЕРДЕЧНЫХ НЕДУГАХ

Причиной болей в сердце могут быть неврозы, заболевания позвоночника, зависимости (курение, алкоголь), переутомление. Здесь су-джок терапия опирается на рефлексотерапию по атласу точек на ладони и восстанавливает энергию в точке сердца и соответствующих органов.



## СУ-ДЖОК ТЕРАПИЯ ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ ЩИТОВИДНОЙ ЖЕЛЕЗЫ

❖ Полезным для улучшения работы щитовидной железы будет массаж ногтей указательного пальца левой руки и ноги. Далее массируют участки вокруг ногтевых пластин.

Гипофиз и гипоталамус – органы, тесно связанные с эндокринной системой, поэтому точки соответствия этим железам рекомендуется массировать тоже. Хорошо работает аппликация семян на проекцию железы на ладони.

# СУ-ДЖОК ТЕРАПИЯ ПРИ БЕРЕМЕННОСТИ

- ❖ Массаж снимает утреннюю тошноту, уменьшает отеки, улучшает обменные процессы, ускоряет вывод токсинов.

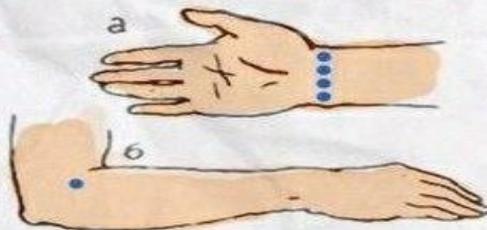


# АТЛАС ТОЧЕК НА ЛАДОНИ ДЛЯ ПОХУДЕНИЯ

ЧТОБЫ ИЗБАВИТЬСЯ ОТ НЕПРИЯТНЫХ ОЩУЩЕНИЙ,  
НАДАВИТЕ НА ЭТИ ТОЧКИ:



точки воздействия  
при нарушении сна



точки воздействия  
при онемении рук



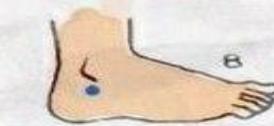
точки воздействия  
при головной боли



точки воздействия  
при обмороке



точки воздействия для снятия  
избыточного веса



# СУ-ДЖОК ТЕРАПИЯ И ИГЛОУКАЛЫВАНИЕ

## ❖ Общее и различное

Объединяет системы то, что для восстановления здоровья обе используют биологически активные точки соответствия. Но иглоукалыванием невозможно заниматься без глубоких знаний восточной медицины и философии. К тому же, в рефлексотерапии иглы ставятся на точки по всему телу.



Спасибо за внимание