

# **PORADENSKÁ PRÍRUČKA**

## **K TERAPII**

**s TinniTool Softlaser**

## OBSAH

TINNITUS (ZVONENIE V UŠIACH)	5
MENIEROV SYNDRÓM (ZÁVRATY)	6
ČIASŤOČNÁ HLUCHOTA KVÔLI HUČANIU V UŠIACH	6
UŠNÝ TLAK	6
STRATA SLUCHU A SKRESLENÉ POČUTIE	6
ABSCES (HNISAVÉ LOŽISKO)	6
AKNÉ (NEČISTÁ KOŽA)	7
ALERGIE	7
ÚZKOSTI (NEPOKOJ)	7
ARTRITÍDA (ZÁPAL KÍBOV)	7
ASTMA	8
RESPIRAČNÉ ŤAŽKOSTI	8
BOLESTI ŽALÚDKA	8
BURZITÍDA (zápal mazového vaku v kĺbe)	8
ČREVNÉ PORUCHY	8
DEPRESIA (SMÚTOK)	9
VYVRTNUTIE KÍBOV	9
EKZÉM (SVRBenIE ZÁPAL KOŽE)	9
ZÁPAL EPIKONDYLITIDU (TENISOVÝ LAKEŤ)	9
NACHLADNUTIE	9
VRÁSKY	10
TRHLINY (PRASKLINY SLIZNÍC)	10
ZLOMENINY (ZLOMENÉ KOSTI)	10
STUDENÉ NOHY	10
BOLESTI KÍBOV	10
GINGIVITIS (ZÁPAL ĎASIEN)	11
BOLESTI V KRKU	11
KOŽNÉ LÉZIE (KOŽNÉ PORANENIA ALEBO OCHORENIA)	11
HERPES SIMPLEX (NA PERÁCH, VONKAJŠIEHO GENITÁLU)	11
IMPOTENCIA	11
BOLESTI HLAVY	11
ÚNAVA	12
SVALOVÉ NAPÄTIE	12
JAZVY	12
UHROVITOSŤ (VYRÁŽKY, PĽUZGIERE)	12
NEVOĽNOSŤ PRI CESTOVANÍ	12
CHRÁPANIE	12
ZÁPAL VEDĽAJŠÍCH NOSOVÝCH DUTÍN	13
PÁLENIE ZÁHY (GRGANIE)	13
STRIE (TEHOTENSKÉ , PRI ZMENE VÁHY)	13
ZÁPAL ŠLIACH (RUKA, PREDLAKTIE, KÍBY)	13
POPÁLENINY (OD SLNKA)	13
KRČE V LÝTKACH	14
RANY (POOPERAČNÉ)	14
RANY (VŠEOBECNÉ)	14
BOLESTI ZUBOV	14
NATIAHNUTÉ ŠLACHY (NATIAHNUTÉ SVALSTVO)	14
ĎALŠIE MOŽNÉ UPLATNENIE	14

## EFEKT

Laser je skratka pre zosilňovač svetla pomocou stimulovanej emisie žiarenia, inými slovami, lasery vyžarujú iba svetelnú energiu. Lasery sa používajú v lekárstve a kozmetike už takmer 30 rokov. Od tej doby sa využívanie techniky neustále zlepšuje. **TinniTool Softlaser** je na špici súčasnej technológie. Liečba je úplne bezpečná a bezproblémová. Laserový lúč preniká do hlbšej podkožnej vrstvy a pracuje ako liečivá bio-stimulácia priamo na metabolizmus spojivového tkaniva.

Mnohé poruchy vznikajú v dôsledku nedostatku ATP (adenozíntrifosfát), bunkovej energie potrebnej pre život. ATP je kľúčovou látkou v našich bunkách. Mnohé choroby sú spôsobené nedostatkom základnej bunkovej energie ATP (adenozíntrifosfát). ATP je kľúčovou látkou v našom tele bunky. Spaľovanie glukózy v bunkách mitochondriách, používa ATP energiu pre energeticky náročné procesy v bunkách. Ak má nedostatok ATP, vedie to k poškodeniu buniek, a nakoniec k ich smrti. Koncentrované **TinniTool Softlaser** svetlo (650 nm) stimuluje spaľovanie glukózy v krvi, a tým zlepšuje zásobovanie ATP z buniek. Terapiou je teda, regenerácia poškodených buniek.

## KLINICKÉ ŠTÚDIE A LITERATÚRA

Táto príručka bola zostavená s ohľadom na tieto publikácie:

**Walter H.:** Fotobiologické základné pravidlá nízkej hladiny laserovej terapie

**G. Danhof:** Laserová liečba vo všeobecnom lekárstve

**R.F. Schmidt, G. Thews:** Fyziológia ľudí

**H. Walter, A. Walter:** Fotobiológia základné pravidlá hodnoty z L-L laserovej aplikácie

**T. I. Karu:** Fotobiológia nízkej energie laserovej terapie vo V.S. Letokhov

**PJ Pöntinnen, R. Pothmann:** Laser v akupunktúre

**U. Warnke:** Atómová fyzika a neurofyziológia

**C.-L. Zhang:** Odpor kože verzus telová vodivosť

**U. Warnke:** Quanten-biophysikalische Grundlagen der Akupunktur

**H. Walter, E. Wolkenstein:** Workshop: Laserová terapia a akupunktúra

**Beyer, Baumgartner, Tauber:** Dozimetrické metódy analýzy pre LL-Laserovú terapiu

**J. Greten:** Kursbuch Traditionelle Chinesische Medizin

**G. Stux, N. Stiller, B. Pomeranz:** Akupunktur - Lehrbuch und Atlas

**Lian, Chen, Hammes, Kolster:** Seirin-Bildatlas der Akupunktur

**J. Greten:** Tradičné čínske lekárstvo

**Witt, Felix:** Selektive Photo-Biochemotherapie

**Shio, Takahashi, Honjo, Kojima, Naito:** Laserové žiarenia na tinnitus

**Plath, Olivier:** Laserová terapia senzoroneurálnej straty sluchu a hučaniu v ušiach

**Shio Y et al:** Vplyv nízkeho ožiarovania laserom na vnútorné ucho

**Hahn, Šejna, Stoblova, Cocek:** Kombinovaný Laser- EGB terapia tinnitu

**Procházka, Tejnka:** Liečba pacientov s tinnitusom

**Procházka, Hahn:** Komplexná laserová rehabilitačná terapia tinnitu

**M. Procházka:** Postavenie LLLT v liečení pískania v ušiach

**Wedel, Calero, Walger:** Mäkký laser/Ginkgo liečba pri chronickom tinnite

**Mirz, Zachariae, Andersen:** Nízky výkon/laser v terapii tinnitu

**W. Beyer:** Dozimetrické a predbežné klinické výsledky pre laserovú terapiu

**Tauber, Beyer, Schorm, Baumgartner:** Transmetal cochlear laser treatm.

**S. Tauber:** LOW-LEVEL-LASER-THERAPY pri chronickej kochleárnej dysfunkcii

## POROVNANIE

Profesionálne používané lasery sa líšia v tom, v akej intenzite sú ich svetelné zdroje, čo je dôvod, prečo potrebujú špeciálne vyškolený personál pre ich použitie. **TinniTool Softlaser** má nižší príkon a možno s ním bezpečne manipulovať aj nepovolaným používateľom bez rizika.

**TinniTool Softlaser** by nemal byť porovnávaný s inými laserovými svetlami. Povaha a intenzita svetla sú výhradne optické a nemajú žiadne iné špeciálne efekty. **TinniTool Softlaser** nesmie byť použitý ako laserové ukazovadlo. Uchovávajte mimo dosahu detí a vyhnite sa priamemu zasvieteniu do očí, a to aj v odraze.

## Liečebné metódy

Neexistuje žiadne nebezpečenstvo zranenia sa s priveľkou dávkou laserového žiarenia. Ak je konkrétny bod liečený viac ako je odporúčané, nebude to mať žiadny zvýšený efekt, pretože bunky odrážajú prípadný prebytok laserového žiarenia. S vlastnou liečbou, môžete úspešne aktivovať svoje telo, a to v mnohých prípadoch s použitím ako sprievodnú terapiu, a tým rýchlejšie

obnoviť svoje zdravie. Avšak, požadovaného účinku možno dosiahnuť len pravidelným používaním. V zásade rozlišujeme tri formy liečby:

#### **Plošná liečba:**

Hrot lasera nemá žiadny kontakt s pokožkou, pretože je použitá vo vzdialenosti asi 1 cm od pokožky. Táto forma žiarenia je účinná predovšetkým pri otvorenej rane.

#### **Kontaktná liečba:**

Pri tejto forme liečby príde hrot lasera do styku s pokožkou. Je efektívnejšia a použiteľná tam, kde nie je poranená koža a necítite žiadnu bolesť, keď priložíte hrot lasera. Avšak, treba vždy pamätať na dezinfekciu laserového hrotu ihneď po použití, ak je choroba nákazlivá.

#### **Laserová akupunktúra:**

Laserový lúč inicializuje bio-stimuláciu podobne ako akupunktúra. V porovnaní s akupunktúrou, laserová akupunktúra je bezbolestná a bez akéhokoľvek rizika infekcie, pretože nie je miesto vpichu po dotyku so soft laser. Na rozdiel od kontaktnej liečby, žiarenie nepôsobí priamo v mieste problému. To znamená, že všetky označené akupunktúrne body na ľavej aj na pravej polovici tela sú liečené. (Výnimka: body (KG) a (LG)).

#### **PREDPRÍPRAVA**

Umyte si pokožku dôkladne mydlom (bez alkoholu) pred akýkoľvek kontaktom so soft laserom alebo akupunktúrnym žiarením. To Vám umožní odstrániť maz, ktorý by inak obmedzil prienik laserového lúča do dermálnej vrstvy. Zabezpečte, aby ste mali suchú pokožku v dostatočnom predstihu pred začatím liečby. Pri plošnej liečbe, čistenie kože často nie je možné, keď sú otvorené rany.

#### **PO LIEČBE**

Svetlo vyžarované z lasera neposkytuje žiadne živiny pre bunky. To je dôvod, prečo je nevyhnutné používať hydratačný krém, najmä po kozmetickom ošetrovaní.

#### **POPIS FUNKCIÍ**

Všetky liečebné možnosti a rozdielne parametre aplikácií sú popísané na nasledujúcich stránkach. Aby mohol byť soft laser použitý náležitým spôsobom a správne, čítajte pozorne.

#### **Liečebná metóda**

Príslušné metódy liečby (plošná, kontaktná alebo akupunktúrna) sú definované v jednotlivých prípadoch. Súčasne je vysvetlené, ako postupovať s **TinniTool Softlaser** v praxi. Pri akupunktúre je napríklad graficky znázornený liečebný bod.

#### **Radiačná dĺžka**

To sú informácie, ktoré vám povedia, ako dlho (v minútach), má byť ošetrovaný bod. Liečebný bod pokrýva územie o rozlohe asi 2 cm v priemere. POZOR! Doba žiarenia sa počíta pre soft laser s vlnovou dĺžkou 650 nm (farba svetla = červená) a výkon 5mW. Pri použití výkonu 1mW soft lasera, žiarenie by malo trvať päť krát dlhšie. A pri použití výkonu 10 mW soft lasera, dĺžka žiarenia sa znižuje o polovicu, atď.

#### **Ožarovací rytmus**

Liečba sa musí opakovať niekoľkokrát, podľa predurčeného rytmu. Tu nájdete, koľkokrát je nutné ošetrovanie opakovať za deň alebo týždeň.

POZOR! Ožarovací rytmus je tiež vypočítaný pre soft laser o vlnovej dĺžke 650nm (farba svetla = červená) a s výkonom 5mW. Pri výkone 10mW soft lasera, žiarenie môže byť napríklad znížené na polovicu, za predpokladu že nemáte zníženie radiačnej dĺžky o polovicu (pozri vyššie).

#### **Efekt**

Tu nájdete výsledky, ktoré môžete očakávať po ukončení liečby.

## TINNITUS (ZVONENIE V UŠIACH)

### Liečebná metóda

Kontaktná liečba (s ušnými aplikátormi)

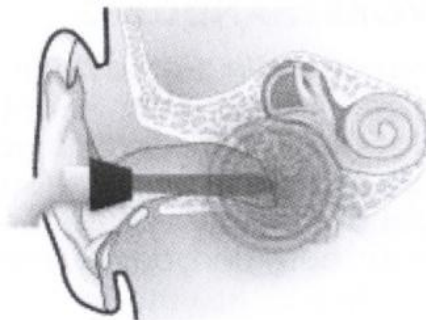
**Radiačná dĺžka:** 20 minút

(Ak sú obe uši postihnuté, potom 20 minút na jedno ucho)

**Ožarovací rytmus:** raz denne, najmenej desať týždňov

V prípade chronického tinnitusu: dvakrát denne (ráno a večer).

Osoby trpiace nespavosťou, by nemali podstúpiť liečbu vo večerných hodinách.



### Pravidlá správania

- Odstrániť ušný maz pred začatím liečby
- Skúste ignorovať zvuky v ušiach v priebehu liečby
- Skúste sa čo najviac uvoľniť a vyvarovať sa stresovým situáciám
- Dostatočne dlhý spánok počas noci
- Vyhnite sa hlučnému prostrediu
- Použite spacie pomôcky, ako je akustická terapia alebo zvukové maskovanie

### EFEKT

Laserový lúč preniká rovnomerne do hlbšej podkožnej vrstvy a pracuje ako liečivá bio-stimulácia priamo na krvnú cirkuláciu, metabolizmus a regeneráciu v spojivových tkanivách. Dočasné zhoršenie tinnitusu je celkom možné počas niekoľkých prvých týždňoch liečby. Toto sú zvyčajne pozitívne údaje o fyzickej odpovedi na liečbu a začatia procesu liečenia.

Pri chronickom hučaní v ušiach, liečba by mala byť sprevádzaná s **TinniTool** akustickou terapiou. V závislosti na závažnosti, môže byť liečba predĺžená na dlhšie obdobie.

### Ďalšie liečebné možnosti

Pre ďalšie ošetrovanie, pozri nižšie:

Úzkosť (s. 7), depresia (s. 9), bolesť hlavy (s. 11), chronická únava (s. 12), svalové napätie a kŕče (s.14), bolesť zubov (s. 14)

## TINNITUS (ZVONENIE V UŠIACH)

### Liečebná metóda

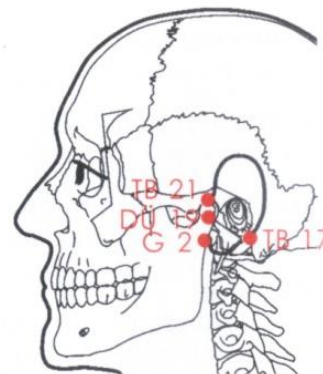
Akupunktúrna liečba (s laserovým hrotom)

**TB 17:** Za ušné lalôčky, v priehlbine medzi čelustou a lebečnou kosťou.

**TB 21:** Pred tragus (vyčnievajúca chrupavka hned v prednej časti zvukovodu), nad priehlbinou medzi čelustou a lebečnou kosťou.

**DU 19:** Pred tragus (vyčnievajúca chrupavka hned v prednej časti zvukovodu), v priehlbine medzi čelustou a lebečnou kosťou.

**G 2:** V mieste kde sú ušné lalôčky spojené s hlavou.

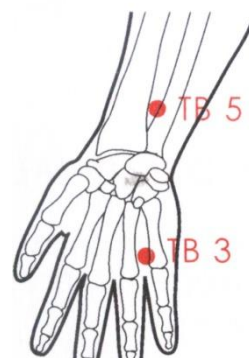


### Liečebná metóda

Akupunktúrna liečba (s laserovým hrotom) pozri vonkajšia strana ruky

**TB 3:** Na hranici medzi malíčkom a prstenníkom, nad horným kĺbom prstu.

**TB 5:** Na spodnej osi ramena, na dva prsty nad zápästím.

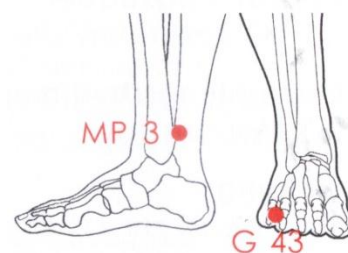


### Liečebná metóda:

Akupunktúrna liečba (s laserovým hrotom)

**MP 3:** Medzi členkom a achillovou pätou, kde cítiť arteriálny pulz.

**G 43:** V brázde medzi štvrtým a piatym prstom na nohe.



**Radiačná dĺžka:** Cca. 30 sekúnd na bod

**Ožarovací rytmus:** 2 - 3 krát za deň

**Efekt:** Doplnková liečba ku kontaktnej liečbe (s ušnými aplikátormi), akupunktúrna liečba prispieva k silnejšiemu účinku.

---

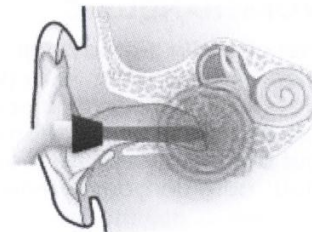
### **MENIEROV SYNDRÓM (ZÁVRATY)**

**Liečebná metóda:** Kontaktná liečba (s ušnými aplikátormi)

**Radiačná dĺžka:** 20 minút

**Ožarovací rytmus:** Raz denne po dobu najmenej štyroch týždňov

**Efekt:** Laserový lúč preniká aj do hlbšej podkožnej vrstvy a pracuje ako liečivá bio-stimulácia priamo na metabolizmus vnútorného ucha. Tento stimuluje imunitný systém a podporuje obnovu stability orgánu. V závislosti na závažnosti, môže byť liečba rozšírená na dlhšiu dobu.



---

### **MENIEROV SYNDRÓM (ZÁVRATY)**

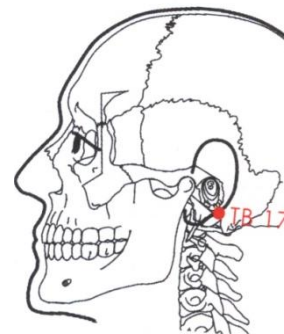
**Liečebná metóda:** Akupunktúrna liečba (s laserovým hrotom)

**TB 17:** Za ušné lalôčky, v priehlbine medzi čelusťou a lebečnou kosťou.

**Radiačná dĺžka:** cca. 30 sekúnd na bod

**Ožarovací rytmus:** 2 - 3 krát za deň

**Efekt:** Doplnková liečba ku kontaktnej liečbe (s ušnými aplikátormi), akupunktúrna liečba prispieva k silnejšiemu účinku.



---

### **ČIASTOČNÁ HLUCHOTA KVÔLI HUČANIU V UŠIACH**

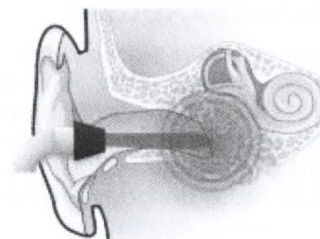
**Liečebná metóda:** Kontaktná liečba (s ušnými aplikátormi)

**Radiačná dĺžka:** 20 minút

**Ožarovací rytmus:** Raz denne, po dobu najmenej osem týždňov

**Efekt:** Laserový lúč preniká aj do hlbšej podkožnej vrstvy a pracuje ako liečivá bio-stimulácia priamo na cirkuláciu krvi, metabolizmus a regeneráciu sluchovej bunky.

V závislosti na závažnosti, môže byť liečba rozšírená na dlhšie obdobie.



---

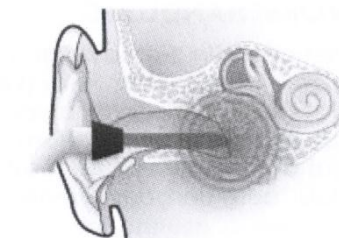
### **UŠNÝ TLAK**

**Liečebná metóda:** Kontaktná liečba (s ušnými aplikátormi)

**Radiačná dĺžka:** 15 minút

**Ožarovací rytmus:** Raz denne, najmenej tri týždne

**Efekt:** Laserový lúč preniká aj do hlbšej podkožnej vrstvy a pracuje ako liečivá bio-stimulácia priamo na krvnú cirkuláciu a na metabolizmus, a tým aktivuje špecifický imunitný systém molekuly. V závislosti na závažnosti, môže byť liečba rozšírená na dlhšiu dobu.



---

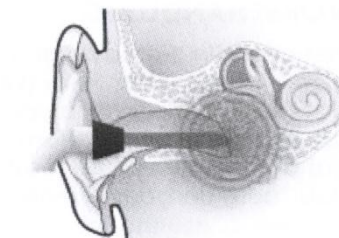
### **STRATA SLUCHU A SKRESLENÉ POČUTIE**

**Liečebná metóda:** Kontaktná liečba (s ušnými aplikátormi)

**Radiačná dĺžka:** 15 minút

**Ožarovací rytmus:** Raz denne po dobu najmenej štyri týždne

**Efekt:** Laserový lúč preniká aj do hlbšej podkožnej vrstvy a pracuje ako liečivá bio-stimulácia priamo na krvnú cirkuláciu a na metabolizmus, a tým stimuluje imunitný systém. V závislosti na závažnosti, môže byť liečba rozšírená na dlhšiu dobu.



---

### **ABSCES (HNISAVÉ LOŽISKO)**

**Liečebná metóda:** Plošná liečba (cca 1 cm medzi kožou a laserovým hrotom)

**Radiačná dĺžka:** 10 min. na  $\varnothing$  2 - 3 cm

**Ožarovací rytmus:** 3 až 5 krát za deň

**Efekt:** Rýchle vyschnutie.

## AKNÉ

### Liečebná metóda:

Kontaktná liečba (laserový hrot v kontakte s pokožkou).

Akupunktúrna liečba (pozri vonkajšiu stranu ruky)

**LU 7:** Na 2 šírky prsta nad zápästím, medzi lakťom a vretenou kosťou, nad pulzom.

**DI 4:** Na svale medzi palcom a ukazovákom.

**DI 3:** Za treťou kosťou ukazováka.

**DI 2:** Pred druhou kosťou ukazováka.

### Radiačná dĺžka:

Kontaktná liečba 4 min. na akné

Akupunktúrna liečba cca. 30 sekúnd na bod

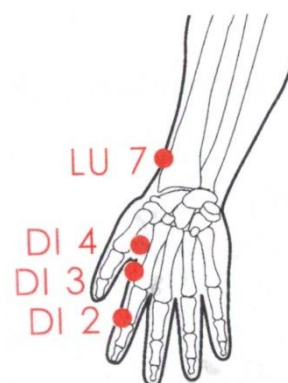
### Ožarovací rytmus:

Kontaktná liečba 3 - 7 krát denne

Akupunktúrna liečba 2 - 3 krát za deň

**Efekt:** Podporuje lepšiu cirkuláciu a stabilizuje mazové sekrécie.

Póry sa môžu zavrieť a tak predísť vysychaniu pokožky a jazvám.



## ALERGIE

**Liečebná metóda:** Akupunktúrna liečba (pozri vonkajšiu stranu ruky).

**LU 7:** Na 2 šírky prsta nad zápästím, medzi lakťom a vretenou kosťou, nad pulzom.

**LU 9:** V ohybe na konci zápästia

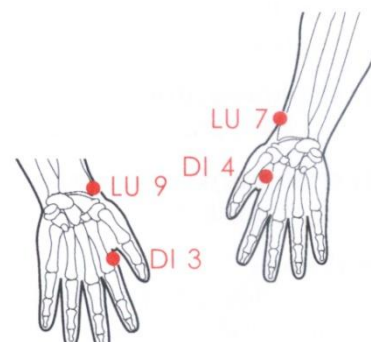
**DI 4:** Na svale medzi palcom a ukazovákom.

**DI 3:** Za treťou kosťou ukazováka.

**Radiačná dĺžka:** cca. 30 sekúnd na bod

**Ožarovací rytmus:** 2 - 3 krát za deň

**Efekt:** Ako sprievodné lekárske ošetrenie, môžete urýchliť proces hojenia niekoľkých alergií, napr. na kozmetiku, krémy, pracie a čistiace prostriedky, atď.



## ÚZKOSTI (NEPOKOJ)

**Liečebná metóda:** Akupunktúrna liečba (pozri obrázok).

**H 5:** Vnútorá strana, na 1 šírku palca nad kĺbom zápästia v priehlbine.

**H 7:** V priehlbine zápästia.

**H 9:** Na nechte malíčka na strane prsteníka.

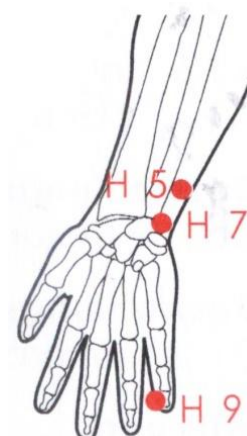
**Radiačná dĺžka:** cca. 30 sekúnd na bod

**Ožarovací rytmus:** 2 - 3 krát denne

**Efekt:** Jednoduché problémy, ako je úzkosť a nepokoj pred skúškami, pred pohovorom do zamestnania, strach pred verejným vystúpením, alebo pred odletom je možné znížiť.

V prípade hučania v ušiach:

Zmierňuje stres jeden z faktorov, ktoré zhoršujú tinnitus.



## ARTRITÍDA (ZÁPÁL KÍBOV)

**Liečebná metóda:** Kontaktná liečba (laserový hrot v kontakte s pokožkou).

**Radiačná dĺžka:** 7 - 15 min. ø na 2 - 3 cm

**Ožarovací rytmus:** 2 - 3 krát za deň

**Efekt:** Liečba puzdra a svaloviny. Zmierňuje zápal puzdra a svaloviny ošetrovaním spúšťacích bodov, ktoré musia byť známe. Laserová terapia môže byť použitá ako doplnková terapia popri lekárskom ošetrení.

## ASTMA

**Liečebná metóda:** Akupunktúrna liečba (pozri vonkajšia strana ruky a vnútorné rameno).

**DI 4:** Na svale medzi palcom a ukazovákom.

**LU 6:** Vnútorné predlaktie, na 1 šírku ruky a na 4 šírky prsta nad zápästím.

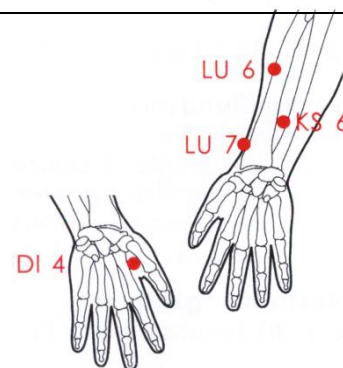
**LU 7:** Na 2 šírky prsta nad zápästím, medzi lakťom a vretenou kosťou, nad pulzom.

**KS 6:** V polovici vnútorného predlaktia, na 3 šírky prsta nad zápästím.

**Radiačná dĺžka:** cca. 30 sekúnd na bod

**Ožarovací rytmus:** 2 - 3 krát za deň

**Efekt:** Laserová terapia môže zmierniť ťažkosti paralelne s lekárskou starostlivosťou.



## RESPIRAČNÉ ŤAŽKOSTI

**Liečebná metóda:** Akupunktúrna liečba (pozri vonkajšia strana ruky a vnútorné rameno).

**DI 4:** Na svale medzi palcom a ukazovákom.

**LU 5:** V záhybe lakťa, v strede.

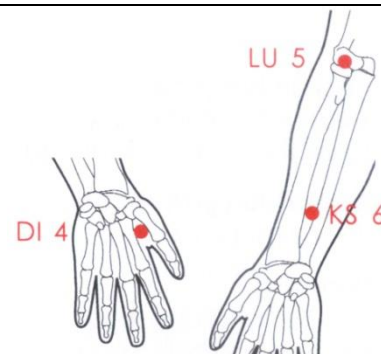
**KS 6:** V polovici vnútorného predlaktia, na 3 šírky prsta nad zápästím.

**Radiačná dĺžka:** cca. 30 sekúnd na bod

**Ožarovací rytmus:** 2 - 3 krát za deň

**Efekt:** Môžete liečiť dočasné dýchacie ťažkosti spôsobené prechladnutím, nepríjemné zápachy a pod.

**POZOR!** Tieto príznaky môžu byť spôsobené chorobou vyžadujúcou lekárske ošetrenie.



## BOLESTI ŽALÚDKA

**Liečebná metóda**

Akupunktúrna liečba (pozri obrázok)

**KS 6:** V polovici vnútorného predlaktia, na 3 šírky prsta nad zápästím.

**M 35:** Na vonkajšej strane v priehlbine, keď je koleno ohnuté.

**M 36:** Na vonkajšej strane holennej kosti, na 2 šírky prsta pod začiatkom holennej kosti a 1 1/2 šírky prsta k strane okraja holennej kosti.

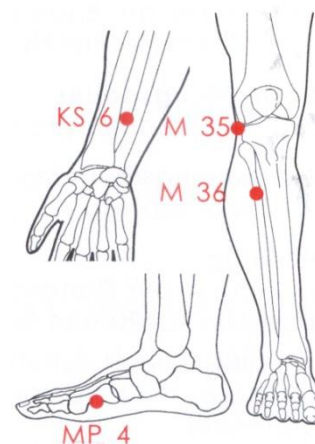
**MP 4:** V strede vnútornej strany chodidla.

**Radiačná dĺžka:** cca. 30 sekúnd na bod

**Ožarovací rytmus:** 2 - 3 krát za deň

**Efekt:** Existuje veľa príčin bolesti žalúdka. Dočasné ťažkosti si môžete liečiť sami, ale v prípade dlhšie pretrvávajúcej bolesti žalúdka, by ste mali vyhľadať lekára.

**POZOR!** Tieto príznaky môžu byť spôsobené chorobou, ktorá vyžadujúcou lekárske ošetrenie.



## BURSITÍDA (zápal mazového vaku v kĺbe)

**Liečebná metóda:** Kontaktná liečba (laserový hrot v kontakte s pokožkou).

**Radiačná dĺžka:**

Akútna: 10 - 18 min. ø na 2 - 3 cm

Chronická: 10 - 13 min. ø na 2 - 3 cm

**Ožarovací rytmus:** 3 až 4 krát za deň

**Efekt:** Terapia je obmedzená na zmiernenie príznakov, ošetruje spúšťacie body, ktoré musia byť je známe.

## ČREVNÉ PORUCHY

**Liečebná metóda:** Akupunktúrna liečba (pozri vonkajšia strana ramena).

**DU 8:** Na vonkajšej strane lakťového kĺbu, s lakťom ohnutým do 90°.

**DU 3:** V záhybe na konci kĺbu malíčka pri zovretej pästi.

**Radiačná dĺžka:** cca. 30 sekúnd na bod

**Ožarovací rytmus:** 2 - 3 krát za deň

**Efekt:** Zlepšenie činnosti čriev. Príčiny črevných porúch sú často emocionálneho charakteru, ako aj fyzickej povahy.





POZOR! Tieto príznaky môžu byť spôsobené chorobou vyžadujúcou lekárske ošetrovanie.

## DEPRESIA (SMÚTOK)

**Liečebná metóda:** Akupunktúrna liečba (pozri obrázok)

**H 3:** Na konci lakťového kĺbu z vnútornej strany.

**H 7:** V priehlbine zápästia na vnútornej strane ruky.

**M 41:** Uprostred priehlavkovej kosti pri druhom prste na nohe.

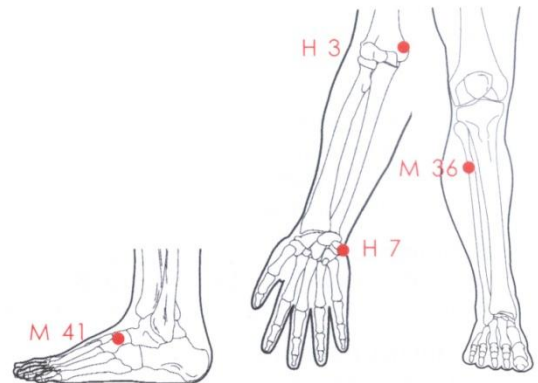
**M 36:** Na vonkajšej strane holennej kosti, na 2 šírky prsta pod začiatkom holennej kosti a 1 1/2 šírky prsta k strane okraja holennej kosti.

**Radiačná dĺžka:** cca. 30 sekúnd na bod

**Ožarovací rytmus:** 2 - 3 krát za deň

**Efekt:** Liečba pomáha ako doplnková terapia k prípadnej potrebnej lekárskej a psychoterapeutickej liečbe.

V prípade tinnitu: Tinnitus je neodvratný psychologický efekt, ktorý negatívne pôsobí na psychiku pacienta, terapiou je uľahčiť uzdravenie.



## VYVRTNUTIE KĽBOV

**Liečebná metóda:** Kontaktná liečba (laserový hrot v kontakte s pokožkou).

**Radiačná dĺžka:** 7 - 10 min. Ø na 2 - 3 cm

**Ožarovací rytmus:** 2 - 3 krát za deň

**Efekt:** Rýchla úľava od bolesti a urýchlenie hojenia.

## EKZÉM (SVRBenIE, ZÁPAl KOŽE)

**Liečebná metóda:** Plošná liečba (cca 1 cm medzi kožou a laserovým hrotom).

**Radiačná dĺžka:** 5 - 10 min. Ø na 2 - 3 cm

**Ožarovací rytmus:** 3 až 4 krát za deň

**Efekt:** Urýchlenie hojenia.

## ZÁPAl EPIKONDYLITIDU (TENISOVÝ LAKEŤ)

**Liečebná metóda:**

Kontaktná liečba (laserový hrot v kontakte s pokožkou).

Akupunktúrna liečba (pozri vnútorná strana predlaktia)

**DU 8:** Na vonkajšej strane lakťového kĺbu, s lakťom ohnutým do 90°.

**DI 11:** Na vonkajšom konci lakťa v záhybe.

**DI 10:** Pod záhybom lakťa, na vonkajšej strane.

**DU 4:** Na vnútornej hrane ruky.

**Radiačná dĺžka:** Kontaktná liečba: 5 - 15 min. Ø na 2 - 3 cm

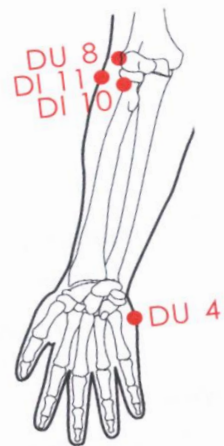
Akupunktúrna liečba: cca. 30 sekúnd na bod

**Ožarovací rytmus:**

Kontaktná liečba: 3 až 4 krát za deň

Akupunktúrna liečba: 2 - 3 krát za deň

**Efekt:** Zmierňuje bolesti a kŕče. K preťaženiu lakťového kĺbu dochádza na mnohých pracovných pozíciách, napríklad sekretárky, mechanici, remeselníci atď.



## NACHLADNUTIE

**Liečebná metóda:** Akupunktúrna liečba (pozri obrázok)

**LU 5:** V záhybe lakťa, v strede.

**LU 7:** Na 2 šírky prsta nad zápästím, medzi lakťom a vretenou kosťou, nad pulzom.

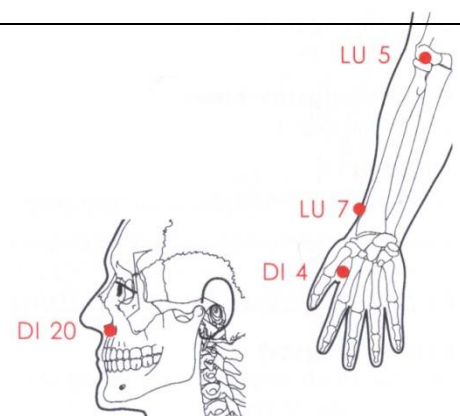
**DI 4:** Na svale medzi palcom a ukazovákom.

**DI 20:** Na strane v záhybe medzi nosom a perami

**Radiačná dĺžka:** cca. 30 sekúnd na bod

**Ožarovací rytmus:** 2 - 3 krát za deň

**Efekt:** Posilňuje imunitný systém



## VRÁSKY

### Liečebná metóda

Začnite plošnou metódou (0 cm 1 cm medzi kožou a laserový hrotom), postupujete pomaly nad celou zónou problému, z vnútornej strany k vonkajšej, zdola nahor. Pozri obrázok.

Potom aplikujte kontaktnú liečbu (laserový hrot v kontakte s kožou).

V prípade, že máte vrásky na vonkajších kútikoch očí, majte oči zatvorené.

**Radiačná dĺžka:** plošná liečba: 4 minúty na každú stranu tváre

kontaktná liečba: 4 minúty na  $\varnothing$  2 - 3 cm

### Ožarovací rytmus:

prvý týždeň, 2 krát denne

druhý až štvrtý týždeň, raz denne

neskôr 2 až 3 krát týždenne

**Efekt:** Pri preventívnom ošetrení, tvorba vrások bude spomalená. Existujúce vrásky, v závislosti na ich štádiu, sú buď redukované alebo dokonca odstránené.



## TRHLINY (PRASKLINY SLIZNÍC)

**Liečebná metóda:** Plošná liečba (cca 1 cm medzi kožou a laserovým hrotom).

**Radiačná dĺžka:** cca. 30 sekúnd na bod

**Ožarovací rytmus:** 2 - 3 krát za deň

**Efekt:** Rýchla úľava od bolesti.

## ZLOMENINY (ZLOMENÉ KOSTI)

**Liečebná metóda:** Kontaktná liečba (laserový hrot v kontakte s pokožkou).

**Radiačná dĺžka:** 3 - 6 min.  $\varnothing$  na 2 - 3 cm

**Ožarovací rytmus:** 3 až 4 krát za deň

**Efekt:** Urýchľuje tvorbu kostného tkaniva. Laserová terapia môže byť použitá ako doplnková liečba k lekárskemu ošetreniu

## STUDENÉ NOHY

**Liečebná metóda:** Akupunktúrna liečba (pozri vnútorná strany nohy)

**MP 6:** Na 4 šírky prsta nad najvyšším bodom vnútornej strany členka, nad vnútorným okrajom holennej kosti.

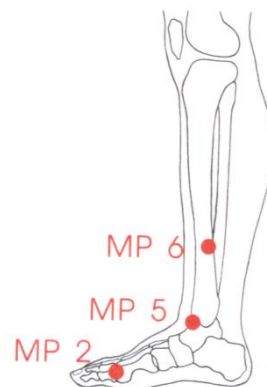
**MP 5:** V priehlbine na prednej strane dolnej končatiny z vnútornej strany členka.

**MP 2:** V priehlbine základného kĺbu palca.

**Radiačná dĺžka:** cca. 30 sekúnd na bod

**Ožarovací rytmus:** 2 - 3 krát za deň

**Efekt:** Studené nohy môžu mať vážny vplyv na telo, napr. chrípková infekcia, zápal močového mechúra, atď. Prevencia týchto ochorení.



## BOLESTI KÍBOV

**Liečebná metóda:** Akupunktúrna liečba (pozri obrázok)

**M 35:** Na vonkajšej strane nohy, v priehlbine, keď je ohnuté koleno.

**M 36:** Na vonkajšej strane holennej kosti, na 2 šírky prsta pod začiatkom holennej kosti a 1 1/2 šírky prsta k strane okraja holennej kosti.

**DI 15:** V priehlbine na vonkajšej strane ramena.

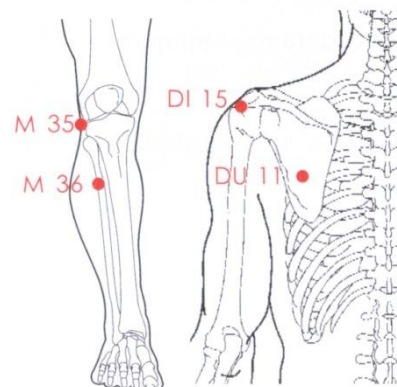
**DU 11:** V strede dolnej časti lopatky.

**Radiačná dĺžka:** cca. 30 sekúnd na bod

**Ožarovací rytmus:** 2 - 3 krát za deň

**Efekt:** Blokády v kĺboch môžu byť odstránené.

Tieto príznaky môžu byť spôsobené chorobou vyžadujúcou lekárske ošetrenie.



## GINGIVITIS (ZÁPÁL ĎASIEN)

**Liečebná metóda:** Plošná liečba (cca 1 cm medzi kožou a laserovým hrotom).

**Radiačná dĺžka:** 3 - 7 min.  $\emptyset$  na 2 - 3 cm

**Ožarovací rytmus:** 2 - 3 krát za deň

**Efekt:** Redukcia opuchu a bolesti.

## BOLESTI HRDLA

**Liečebná metóda:** Akupunktúrna liečba (pozri obrázok)

**LU 11:** V drážke lôžka rohu nechtu palca z vonkajšej strany.

**DE 1:** Na vonkajšom rohu nechtu prstenníka.

**M 9:** Na vonkajšej strane hrdelného výstupku, v línii s ohryzkom na krku.

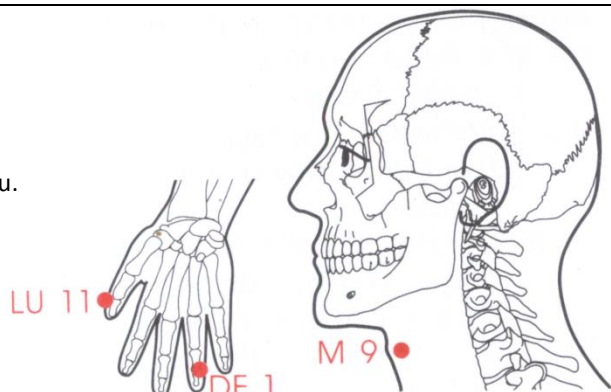
**Radiačná dĺžka:** cca. 30 sekúnd na bod

**Ožarovací rytmus:** 2 - 3 krát za deň

**Efekt:** Rýchle pozitívne výsledky v prípadoch miernych bolestí v krku.

V bolestivých, zápalových a infekčných prípadoch

sa poraďte s vaším lekárom.



## KOŽNÉ LÉZIE (kožné poranenia alebo ochorenia)

**Liečebná metóda:** Plošná liečba (cca 1 cm medzi kožou a laserovým hrotom).

**Radiačná dĺžka:** 3 - 6 min.  $\emptyset$  na 2 - 3 cm

**Ožarovací rytmus:** 2 - 3 krát za deň

**Efekt:** Zrýchlený proces regenerácie.

## HERPES SIMPLEX (na perách, vonkajšieho genitálu)

**Liečebná metóda:** Plošná liečba (cca 1 cm medzi kožou a laserovým hrotom), alebo kontaktná liečba (laserový hrot v kontakte s pokožkou). V tomto prípade, je potrebné dezinfikovať laserový hrot ihneď po ošetrení.

**Radiačná dĺžka:** 2 - 4 min.  $\emptyset$  na 2 - 3 cm

**Ožarovací rytmus:** 2 - 3 krát za deň

**Efekt:** Pocit napätosti odznieva okamžite. Opar rýchlo vyschne. Dochádza k oneskoreniu prípadnej recidívy.

## IMPOTENCIA

**Liečebná metóda:** Akupunktúrna liečba (pozri obrázok).

**KG 4:** Na 4 šírky prsta pod pupkom na bruchu.

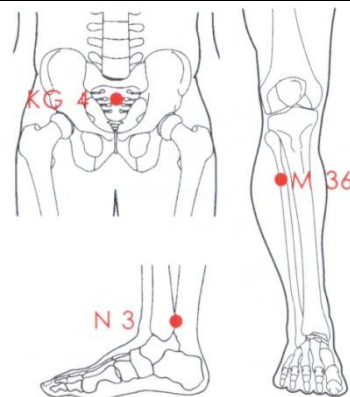
**N 3:** Medzi najvyšším bodom z vnútornej strany členka a Achillovu šľachou.

**M 36:** Na vonkajšej strane holennej kosti, na 2 šírky prsta pod začiatkom holennej kosti a 1 1/2 šírky prsta k strane okraja holennej kosti.

**Radiačná dĺžka:** cca. 30 sekúnd na bod

**Ožarovací rytmus:** 2 - 3 krát za deň

**Efekt:** Keď je zrejme, že orgány sami o sebe nie sú príčinou zlyhania, môžete si liečiť psychické napätie spôsobené prepracovaním, stresom, strachom zo zlyhania atď. sami v priebehu tohto obdobia.



## BOLESTI HLAVY

**Liečebná metóda:** Akupunktúrna liečba (pozri obrázok)

**B 1:** Na koreni nosa.

**LG 26:** V jamôčke nad hornou perou.

**G 3:** Na 1 šírku prsta pred uchom.

**G 20:** Na spodnej časti lebky.

**Radiačná dĺžka:** cca. 30 sekúnd na bod

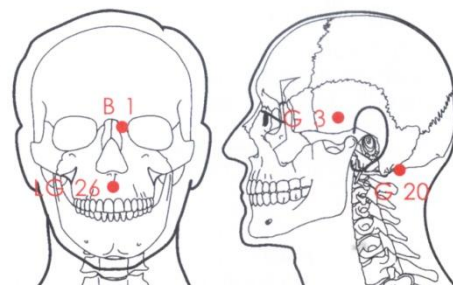
**Ožarovací rytmus:** 2 - 3 krát za deň

**Efekt:** Jemná, rýchla úľava alebo ako účinná pomoc pre liečebnú terapiu.

Existuje mnoho rôznych príčin bolesti hlavy, často sa opakujúce alebo pravidelné bolesti by mali byť kontrolované lekárom.

V prípade hučania v ušiach:

Zvonenie v ušiach často postihuje celú hlavu a teda podporuje aj bolesti hlavy.



---

## ÚNAVA

**Liečebná metóda:** Akupunktúrna liečba (pozri obrázok).

**LG 19:** V strede zadného, dolného okraja lebky.

**LG 13:** V línii s prvým rebrom.

**G 40:** Na zadnej časti chodidla, v priehlbine pred špičku členka z jeho vonkajšej strany.

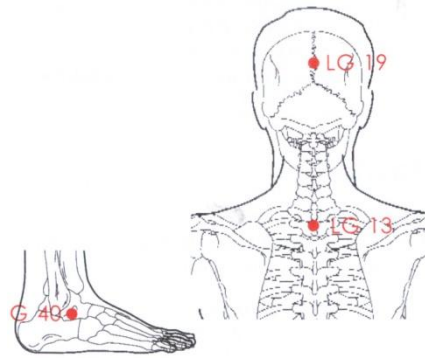
**Radiačná dĺžka:** cca. 30 sekúnd na bod

**Ožarovací rytmus:** 2 - 3 krát za deň

**Efekt:** Môžete aktivovať vaše telo.

V prípade hučanie v ušiach:

Osoby trpiace tinnititom zvyčajne nemôžu dobre spať. Fáza regenerácie je negatívne ovplyvnená a tým aj aktívna fáza je obmedzená.



---

## SVALOVÉ NAPÄTIE

**Liečebná metóda:** Kontaktná liečba (laserový hrot v kontakte s pokožkou).

**Radiačná dĺžka:** 4 - 7 min. ø na 2 - 3 cm

**Ožarovací rytmus:** 2 - 3 krát za deň

**Efekt:** Rýchle uľavenie.

V prípade hučanie v ušiach:

Tinnitus môže byť tiež vyvolaný s problémom s čeľusťou, ako je škrípanie zubami, a pod. Preto je potrebné sústrediť sa na uvoľnenie čeľusťných svalov.

---

## JAZVY

**Liečebná metóda:** Plošná liečba (cca 1 cm medzi kožou a laserovým hrotom) alebo kontaktná liečba: (laserový hrot v kontakte s pokožkou).

**Radiačná dĺžka:** 4 - 7 min. ø na 2 - 3 cm

**Ožarovací rytmus:** nové jazvy 5 - 7 krát za deň  
staré jazvy raz denne po dobu minimálne 3 mesiace.

**Efekt:** Redukcia bolesti z jaziev. Zvýšená pružnosť. Sploštenie a zlepšenie jazvenia v prípade jaziev nie starších ako 1 rok. Pri jazvách starších ako 2 roky, je ťažké niečo zlepšiť.

---

## UHROVITOSŤ (VYRÁŽKY, PĽUZGIERE)

**Liečebná metóda:** Plošná liečba (cca 1 cm medzi kožou a laserovým hrotom).

**Radiačná dĺžka:** 2 - 4 min. ø na 2 - 3 cm

**Ožarovací rytmus:** 2 - 3 krát denne

**Efekt:** Urýchlenie procesu vysušania.

---

## CESTOVNÉ NEVOĽNOSTI

**Liečebná metóda:** Akupunktúrna liečba (pozri obrázok)

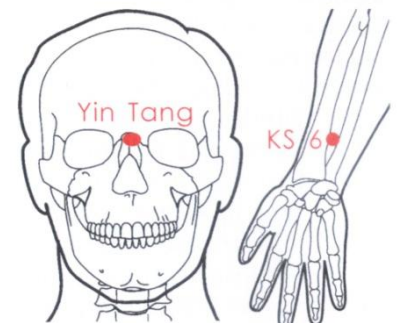
**KS 6:** V polovici vnútorného predlaktia, na 3 šírky prsta nad zápästím.

**Yin Tang:** V strede medzi obočím.

**Radiačná dĺžka:** cca. 30 sekúnd na bod

**Ožarovací rytmus:** 2 - 3 krát za deň

**Efekt:** Ako preventívne opatrenie, ošetrujte špecifikované body laserom.



---

## CHRÁPANIE

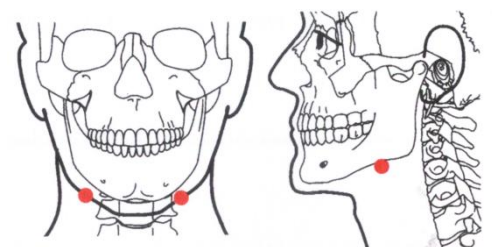
**Liečebná metóda:** Kontaktná liečba (jemne pridržiť laserový hrot medzi krkom a čeľusťou priamo na mäkké podnebie a čapík hrdla).

**Radiačná dĺžka:** 4 - 7 minút na bod

**Ožarovací rytmus:** Jedenkrát denne pred spaním

**Správanie pravidiel:**

- nespíte na chrbte



- používajte podporu hlavy a trupu počas spánku
  - nepite žiadnen alkohol neskôr ako šesť hodín pred spaním
  - používajte lôžkoviny s antialergickou náplňou
  - urobte opatrenia na zníženie hmotnosti, ak ste obézny
- Efekt:** Posilňuje mäkké podnebia a znižuje chrápanie.

### ZÁPAL VEDĽAJŠÍCH NOSOVÝCH DUTÍN

**Liečebná metóda:** Kontaktná liečba (laserový hrot v kontakte s nosovou dutinou), možnosť aj akupunktúrnej liečby pri prechladnutí (pozri obrázok).

**LU 5:** V záhybe lakťa, v strede.

**LU 7:** Na 2 šírky prsta nad zápästím, medzi lakťom a vretenou kosťou, nad pulzom.

**DI 4:** Na svale medzi palcom a ukazovákom.

**DI 20:** Na strane v záhybe medzi nosom a perami

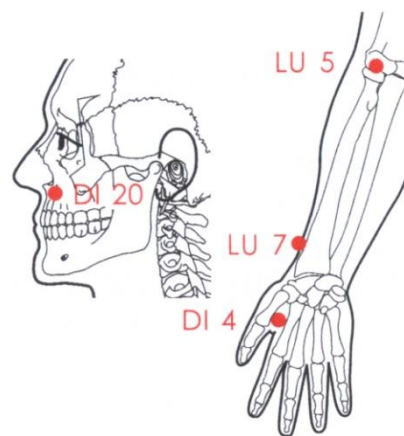
**Radiačná dĺžka:** Kontaktná liečba 7 - 14 min.  $\varnothing$  na 2 - 3 cm

Akupunktúrna liečba cca. 30 sekúnd na bod

**Ožarovací rytmus:** Kontaktná liečba 4 až 5 krát za deň

Akupunktúrna liečba 2 - 3 krát za deň

**Efekt:** Môžete posilňovať telo s vlastným imunitným systémom.



### PÁLENIE ZÁHY (GRGANIE)

**Liečebná metóda:** Akupunktúrna liečba (pozri obrázok).

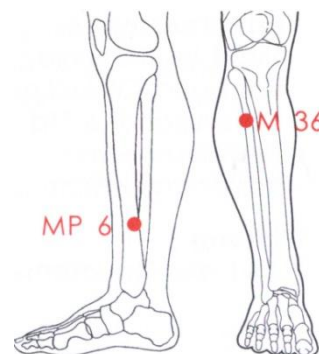
**MP 6:** Na 4 šírky prsta nad najvyšším bodom vnútornej strany členka, nad vnútorným okrajom holennej kosti.

**M 36:** Na vonkajšej strane holennej kosti, na 2 šírky prsta pod začiatkom holennej kosti a 1 1/2 šírky prsta k strane okraja holennej kosti.

**Radiačná dĺžka:** cca. 30 sekúnd na bod

**Ožarovací rytmus:** 2 - 3 krát za deň

**Efekt:** Niektoré potraviny alebo nadmerný obsah kyselín v žalúdku sú príčinami týchto nepríjemných ťažkostí. Tento príznak však možno pripísať aj chorobe vyžadujúcej lekárske ošetrenie.



### STRIE (TEHOTENSKÉ, PRI ZMENE VÁHY)

**Liečebná metóda:** Kontaktná liečba (laserový hrot v kontakte s pokožkou).

**Radiačná dĺžka:** 4 - 7 min.  $\varnothing$  na 2 - 3 cm

**Ožarovací rytmus:** Počas prvých 2 týždňov 2 - 3 krát denne, potom raz denne.

**Efekt:** Zvýšená pružnosť. Zlepší sa vzhľad pokožky.

### ZÁPAL ŠLIACH (RUKA, PREDLAKTIE, KĽBY)

**Liečebná metóda:** Kontaktná liečba (laserový hrot v kontakte s pokožkou).

**Radiačná dĺžka:** 7 - 14 min.  $\varnothing$  na 2 - 3 cm

**Ožarovací rytmus:** 2 - 5 krát za deň

**Efekt:** Zmierňuje bolesti a zlepšuje vzhľad kože liečbou spúšťacích bodov, ktoré musia byť známe.

### POPÁLENINY (OD SLNKA)

**Liečebná metóda:** plošná liečba (cca 1 cm medzi kožou a laserovým hrotom).

**Radiačná dĺžka:** 3 - 7 min.  $\varnothing$  na 2 - 3 cm

**Ožarovací rytmus:** 2 - 3 krát za deň

**Efekt:** Rýchlejšie hojenie. Obráťte sa na lekára v prípade popálenín tretieho stupňa alebo ak máte ťažké popáleniny.

## KRČE V LÝTKACH

**Liečebná metóda:** Akupunktúrna liečba (pozri obrázok).

**DE 5:** Na pulze, na 2 šírky palca nad zápästím

**B 58:** V uhle medzi dvoma lýtkovými svalmi na 1 šírku prsta na vonkajšej strane nohy a na 1 šírku prsta nadol.

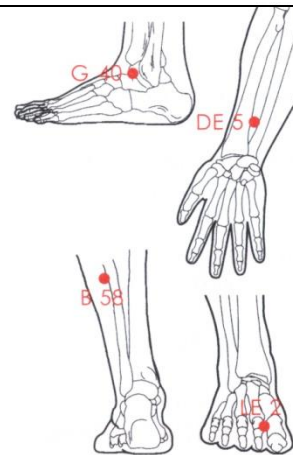
**G 40:** Na zadnej časti nohy, v priehlbine pred špičku členka z jeho vonkajšej strany.

**LE 2:** V tkanive medzi 1. a 2. prstom na nohe.

**Radiačná dĺžka:** cca. 30 sekúnd na bod

**Ožarovací rytmus:** 2 - 3 krát za deň

**Efekt:** Zmierňuje krčce.



## RANY (POOPERAČNÉ)

**Liečebná metóda:** Plošná liečba (cca 1 cm medzi kožou a laserovým hrotom).

**Radiačná dĺžka:** 4 - 8 min. ø na 2 - 3 cm

**Ožarovací rytmus:** 3 až 4 krát za deň

**Efekt:** Zrýchlené hojenie rany. Na zmiernenie bolesti.

## RANY (VŠEOBECNÉ)

**Liečebná metóda:** Plošná liečba (cca 1 cm medzi kožou a laserovým hrotom).

**Radiačná dĺžka:** 3 - 7 min. ø na 2 - 3 cm

**Ožarovací rytmus:** 2 - 3 krát za deň

**Efekt:** Urýchlenie procesu regenerácie.

## BOLEŠŤ ZUBOV

**Liečebná metóda:** Akupunktúrna liečba (pozri obrázok)

**DE 8:** Na pulz, na 3 šírky palca nad zápästím.

**DI 4:** Na svale medzi palcom a ukazovákom.

**M 7:** Na 3 šírky prsta pred ušnou dierkou.

**M 6:** Na spodnom okraji čeľuste, na prednej hrane žuvacích svalov.

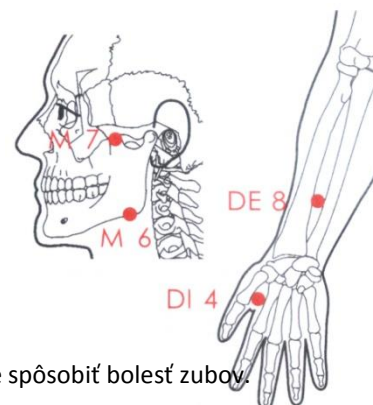
**Radiačná dĺžka:** cca. 30 sekúnd na bod

**Ožarovací rytmus:** 2 - 3 krát za deň

**Efekt:** Môžete výrazne znížiť bolesť. Bolesť zubov má tiež často psychologické príčiny. Skutočnú príčinu treba diagnostikovať na lekárskej prehliadke.

V prípade hučania v ušiach:

Tinnitus môže byť tiež vyvolaný s problémom s čeľusťou, ako je škripanie zubami, čo môže spôsobiť bolesť zubov.



## NATIAHNUTÉ ŠLACHY (NATIAHNUTÉ SVALSTVO)

**Liečebná metóda:** Kontaktná liečba (laserový hrot v kontakte s pokožkou).

**Radiačná dĺžka:** 4 - 8 min. ø na 2 - 3 cm

**Ožarovací rytmus:** 2 - 3 krát za deň

**Efekt:** Na zmiernenie bolesti.

## Ďalšie možné uplatnenie.

Je mnoho ďalších možných aplikácií, ale pretože príslušné klinické štúdie neboli doteraz vykonané, zdravotnícke právo im bráni, aby boli uvedené. Poradte sa s kvalifikovaným profesionálom, svojim lekárom alebo prírodným liečebným špecialistom.

## ZODPOVEDNOSŤ

Táto poradenská brožúra bola zostavená s maximálnou starostlivosťou. Avšak informácie v nej sú poskytované bez akejkoľvek zodpovednosti, a preto nemôže nahradiť lekárske ošetrenie.