

# Obsah

Úvodní slovo	8
Úvod	13
Předmluva k 24. vydání	16
Předmluva k 23. vydání	16

## Díl 1 Teorie

1	Historie reflexní zónové terapie na noze	23
2	Systém pravouhlých souřadnic jako obraz těla a nohou	27
2.1	Tělesné zóny	27
2.1.1	<i>Deset vertikálních tělesných zón</i>	27
2.1.2	<i>Tři horizontální tělesné linie</i>	31
2.2	Pravouhlé souřadnice na nohou – schéma obrazu chodidel	31
2.2.1	<i>Svislé tělesné zóny</i>	32
2.2.2	<i>Příčně probíhající tělesné linie</i>	32
3	Pojem reflexní zóny	34
4	Přehled zón na nohou	37
5	Zatížené zóny na nohou	39
5.1	Známky zatížených zón na nohou	39
5.2	Interpretace zatížených zón	39
5.3	Všeobecné příčiny	41
6	Zóny symptomů a zóny pozadí	43
7	Indikace pro zdravotníky i medicínské laiky	44
7.1	Všeobecně	44
7.2	Osvědčené indikace pro zdravotníky	45
7.3	Osvědčené indikace pro zdravotníky i medicínské laiky	45

## Díl 2 Praxe

9	<b>Uložení pacienta</b>	51
10	<b>Hmat (grif) jako základ práce</b>	52
10.1	Zklidňující (prodlévací, tlumící) hmat	56
11	<b>První ošetření</b>	57
11.1	Zjištění nálezu	57
11.1.1	<i>Vizuální nález</i>	57
11.1.2	<i>Hmatový nález</i>	62
12	<b>Průběh ošetřování</b>	65
12.1	Zóny hlavy a krku	65
12.2	Zóny páteře, kloubů a svalstva	68
12.2.1	<i>Páteř</i>	68
12.2.2	<i>Šije a ramenní pletence</i>	69
12.2.3	<i>Pánevní pletenec</i>	70
12.3	Zóny močových cest	73
12.3.1	<i>Rozlišování zóny močového měchýře a močových cest</i>	74
12.4	Zóny trávicích orgánů	74
12.5	Zóny dýchacích orgánů a srdce	80
12.5.1	<i>Dýchací orgány</i>	80
12.5.2	<i>Zóna srdce</i>	80
12.5.3	<i>Diferencované znázornění zóny solárního plexu (viz obrázek č. 10)</i>	84
12.6	Zóny lymfatických orgánů	85
12.7	Zóny žláz s vnitřní sekrecí	87
13	<b>Následné ošetřování</b>	95
13.1	Harmonizační hmaty	98
13.2	Rozlišovací diagnóza	101
14	<b>Reakce</b>	104
14.1	Reakce během ošetřování	105
14.1.1	<i>Reakce, které jsou hodnoceny jako subjektivní</i>	105
14.1.2	<i>Reakce, které jsou hodnoceny jako objektivní</i>	105
14.1.3	<i>Opatření při přemrštěných reakcích</i>	106

14.2	Reakce v intervalech mezi ošetřováním	107
15	Možné zóny pozadí na příkladě pacientů s bolestmi hlavy	110
15.1	Shrnutí	124
16	Různé kvality bolesti v zatížených zónách na chodidlech	127
17	Příčiny zátěže, počet ošetření	130
18	Možnosti kombinace	132
19	Chodidla a dlaně	135
20	„Správný“ věk pro terapeutické ošetřování chodidel	137
21	Mazání a další „pomůcky“	139
21.1	Mazání	139
21.2	Další „pomůcky“	140
22	Autoterapie	142

### Díl 3 Příklady ošetření

23	Abecední rejstřík příkladů z ošetřovatelské praxe – případové studie	147
24	Shrnutí	176

### Díl 4 Indikace

25	Doporučení k práci s indikacemi	179
26	Abecední rejstřík indikací	181

### Příloha

Informace pro zainteresované	199
Literatura	199
Zkratky a odborné pojmy	200
Věcný rejstřík	201