

Obsah

Z předmluvy k 1. vydání.....	5
Předmluva k 6. vydání.....	6
Úvodní slovo k 1. vydání.....	7

I ZÁKLADY

1 Úvod.....	10
1.1 Mé setkání s reflexní terapií zón na noze (RTN) a její další rozvíjení.....	10
1.2 Dějiny terapie reflexních zón na noze.....	12
2 Pracovní model pro praktický úvod do RTN.....	14
2.3 Člověk jako makrosystém, který lze poznávat v jeho různých mikrosystémech.....	14
2.3.1 Analogie tvaru – člověk a noha.....	15
2.3.2 Anatomické přiřazení reflexních zón na noze.....	15
2.2 Rastrový obraz podle Williama Fitzgeralda.....	18
2.2.1 Vertikální dělení na deset zón.....	18
2.2.2 Horizontální dělení.....	18
3 Přístup terapeuta k noze, léčivé doteky.....	20
3.1 Základy.....	20
3.2 Hmatová technika.....	20
3.2.1 Základní hmat palcem.....	20
3.2.1.1 Aktivní fáze.....	22
3.2.1.2 Pasivní fáze.....	22
3.2.2 Základní hmat ukazováčkem.....	22
3.2.2.1 Aktivní fáze.....	22
3.2.2.2 Pasivní fáze.....	22
3.2.3 Alternované (střídavé) hlazení.....	23
3.2.4 Vytahovací hmat.....	24
3.2.5 Sedativní prodlévací hmat.....	24
3.2.5.1 Využití prodlévacího hmatu.....	25
3.2.6 Pravidla ohledně používání hmatů.....	25
3.2.6.1 Směr pohybu.....	25
3.2.6.2 Intenzita a rychlost hmatu.....	26
3.2.6.3 Trvání terapeutického podnětu.....	26
3.2.7 Učební pomůcky.....	26
3.3 Shrnutí.....	27
4 Poznávací znaky zatížených zón, příznaky pro meze terapeutické činnosti.....	28
4.1 Příznaky zatížení zón.....	28
4.2 Příznaky blížící se hranice dávkování.....	28
4.3 Jak naložit s reakcemi na zátěž během terapie.....	29

5	Vyrovňovací hmaty	30
5.1	Všeobecný popis.....	30
5.2	Provádění.....	30
5.2.1	Hmat vytahování pat	30
5.2.2	„Energetická čepička“	31
5.2.3	Dechový vyrovnávací hmat – brániční.....	31
5.2.4	Hmat dlaně-chodidla.....	32
5.2.5	Hmat „jin-jang“.....	32
5.2.6	Hmat solárního plexu	33
5.3	Shrnutí	34
6	Indikace – kontraindikace	36
6.1	Ověřené indikace pro začátek.....	36
6.2	Kontraindikace	36
6.2.1	Absolutní kontraindikace	36
6.2.2	Relativní kontraindikace.....	36
6.2.2.1	Onemocnění, která přímo postihují nohy.....	36
6.2.2.2	Další relativní kontraindikace	37
7	Příprava na terapii	39
7.1	Vztah ošetřujícího a ošetřovaného	39
7.2	Instrukce pro pacienty	39
7.3	Stanovení krátké anamnézy	39
7.4	Uložení během ošetření.....	40
7.4.1	Všeobecné informace.....	40
7.4.2	Variace.....	40
7.5	Řád pro terapeuta.....	41
7.5.1	Držení těla vsedě.....	41
7.5.2	Pozornost vůči vlastnímu dýchání	41
7.5.3	Zdravý odstup.....	42
7.5.4	Shrnutí.....	42
8	Bolest: její smysl a význam	43
8.1	Různé bolestivé pocity během RTN.....	43
8.2	Bolest z pohledu pacientů	43
8.3	Pozadí fenoménu bolesti	44

II Praxe

9	Skupiny zón.....	52
9.1	Úvod.....	52
9.2	Zóny hlavy a krku.....	52
9.2.1	Všeobecná vysvětlení	52
9.2.2	Nákres zón.....	52
9.2.3	Anatomická poloha zón.....	52
9.2.3.1	Na obou palcích.....	52

9.2.3.2	Na 2.–5. prstu vpravo i vlevo	55
9.2.3.3	Oblast čelisti a zubů	55
9.2.4	Postup práce	55
9.2.4.1	Na palcích	55
9.2.4.2	Na 2.–5. prstu vpravo a vlevo	56
9.2.4.3	V zónách zubů a čelisti	57
9.3	Zóny páteře, hrudníku a ramenního pletence	57
9.3.1	Všeobecná vysvětlení	57
9.3.2	Nákres zón	57
9.3.3	Anatomická poloha zón	57
9.3.3.1	Zóny páteře	57
9.3.3.2	Zóny hrudníku a ramenního pletence	60
9.3.4	Postup práce	60
9.3.4.1	Zóny páteře	60
9.3.4.2	Zóny hrudníku a ramenního pletence	60
9.4	Zóny močových cest, kostí a tkáně pánve až po kolena	62
9.4.1	Všeobecná vysvětlení	62
9.4.2	Nákres zón	62
9.4.3	Anatomická poloha zón	62
9.4.3.1	Zóny ledvin, močovodu a močového měchýře	62
9.4.3.2	Zóny pánve a stehna až ke kolenům	62
9.4.4	Postup práce	65
9.4.4.1	Zóny ledvin, močovodu a močového měchýře	65
9.4.4.2	Zóny pánevního pletence a dolních končetin ke kolenu	65
9.5	Zóny endokrinních žláz	67
9.5.1	Všeobecná vysvětlení	67
9.5.2	Nákres zón	67
9.5.3	Anatomická poloha zón	67
9.5.4	Postup práce	70
9.6	Zóny dýchacích orgánů a srdce	71
9.6.1	Všeobecná vysvětlení	71
9.6.2	Nákres zón	71
9.6.3	Anatomická poloha zón	71
9.6.3.1	Zóny orgánů dýchacích cest	71
9.6.3.2	Zóna srdce	71
9.6.4	Postup práce	72
9.6.4.1	Zóny dýchacích orgánů	72
9.6.4.2	Zóna srdce	74
9.7	Zóny trávicího traktu	74
9.7.1	Všeobecná vysvětlení	74
9.7.2	Nákres zón	74
9.7.3	Anatomická poloha zón	74
9.7.4	Postup práce	77
9.8	Zóny lymfatické soustavy, solární plexus	78
9.8.1	Všeobecná vysvětlení	78
9.8.2	Nákres zón	78
9.8.3	Anatomická poloha zón	78
9.8.3.1	Lymfatická soustava	78

9.8.3.2	Solární plexus	81
9.8.4	Postup práce	81
9.8.4.1	Lymfatická soustava.....	81
9.8.4.2	Solární plexus	83
10	První ošetření jako stanovení nálezu	84
10.1	Vcítění	84
10.2	Vyšetření pohledem – aspekce	84
10.2.1	Statika nohy.....	84
10.2.2	Tkáň nohy.....	85
10.2.3	Kůže a nehty	86
10.2.3.1	Kůže na noze.....	86
10.2.3.2	Nehty na prstech	87
10.2.4	Teplota nohou	88
10.3	Vyšetření pohmatem – palpáce	88
10.3.1	Zjišťování střední hodnoty dávkování.....	89
10.3.2	Praktické provádění vyšetření pohmatem	89
10.3.3	Rozlišení mezi zónami symptomů a zónami pozadí	90
10.3.4	Příklady stejných zón symptomu v případech rozdílných zón pozadí.....	91
10.3.5	Shrnutí.....	91
10.4	Zakreslení zón do vyšetřovací (záznamové) karty.....	91
10.5	Výjimečné situace týkající se stanovení vstupního nálezu.....	95
10.6	Závěr ošetření	98
10.6.1	Odpočinek.....	98
10.6.2	Povzbuzení pacientů ke spolupráci	98
10.6.2.1	Soustavy, v nichž lze sledovat reakce	98
10.6.2.2	Význam zpětných vazeb.....	99
10.7	Shrnutí.....	100
11	Struktura následných ošetření.....	101
11.1	Přehled.....	101
11.1.1	Shrnutí.....	102
11.2	Pracovní postup během následných ošetření	102
11.2.1	Léčení zatížených zón	102
11.2.2	Stanovení priorit	103
12	Závěrečné ošetření	104
12.1	Jak provádíme závěrečné vyšetření	104
12.2	Shrnutí	104
13	Trvání ošetření a intervaly mezi nimi	105
13.1	Délka vstupního vyšetření a následných ošetření.....	105
13.2	Intervaly mezi ošetřeními	105
13.3	Trvání jedné série ošetření.....	105
14	Reakce v intervalech mezi ošetřeními	106
14.1	Všeobecné informace	106
14.2	Nejčastější reakce.....	106

14.3	Jak přistupovat k silným reakcím.....	110
14.3.1	Všeobecné informace.....	110
14.3.2	Péče během silných reakcí.....	110
14.3.3	Příklady velmi silných reakcí.....	110
14.4	Negativní reakce.....	111
14.5	Nově vznikající onemocnění.....	111
15	Pravolevá zaměnitelnost reflexních zón na noze.....	112
15.1	Základy.....	112
15.2	Praktické pomůcky při rozhodování.....	112
15.3	Shrnutí.....	114
16	Příklady terapie.....	115
16.1	Skupina zón hlavy a krku.....	115
16.1.1	Pacient s pravostrannou bolestí hlavy.....	115
16.1.2	Pacient s chronickou sinusitidou.....	117
16.1.3	Pacient s levostrannou ztrátou sluchu (Ménièreův syndrom).....	117
16.1.4	Další zkušenosti z terapie.....	120
16.2	Skupina zón páteře, hrudníku a ramenního pletence.....	121
16.2.1	Pacient s lumbálními problémy.....	121
16.2.2	Pacient s pravostrannými bolestmi krku a ramene.....	123
16.2.3	Pacient s neuralgií v 5. mezižebním prostoru vlevo.....	123
16.2.4	Další zkušenosti z terapie.....	126
16.2.4.1	Páteř.....	126
16.2.4.2	Ramenní pletenec.....	127
16.2.4.3	Hrudní kost.....	128
16.2.4.4	Shrnutí.....	128
16.3	Skupina zón močových cest, kostí a tkáně pánve až po zónu kolena.....	129
16.3.1	Pacient s pooperační retencí moči.....	129
16.3.2	Noční pomočování (enuresis nocturna).....	129
16.3.3	Další zkušenosti z terapie.....	132
16.3.3.1	Močové cesty.....	132
16.3.3.2	Kosti a svalstvo pánve, stehna a kolena.....	133
16.4	Skupina zón endokrinních žláz.....	134
16.4.1	Pacientka s poruchami menstruace.....	134
16.4.2	Pacient s adenomem prostaty (zvětšením prostaty).....	134
16.4.3	Další zkušenosti z terapie.....	137
16.4.4	Brzlík.....	139
16.5	Skupina zón dýchacího ústrojí a srdce.....	139
16.5.1	Pacient s bronchiálním astmatem.....	139
16.5.2	Pacient s anginou pectoris.....	141
16.5.3	Pacientka s funkčními poruchami oběhové soustavy.....	143
16.5.4	Další zkušenosti z terapie.....	143
16.6	Skupina zón trávicího traktu.....	146
16.6.1	Pacient se syndromem dráždivého tračníku (colon irritabile), případně tzv. ulcerózní kolitidou (colitis ulcerosa) či Crohnovou nemocí (morbus Crohn).....	146

16.6.2	Pacient s potížením v nadbřišku	148
16.6.3	Pacient s hemoroidy	148
16.6.4	Další zkušenosti z terapie	148
16.7	Skupina zón mízní soustavy	151
16.7.1	Pacientka po amputaci levého prsu (mamma-ablatio)	151
16.7.2	Děti se zatíženou mízní soustavou	153
16.7.3	Pacientka s městnáním mízního toku na nohou	155
16.7.4	Další zkušenosti z terapie	155

III Zvláštnosti a oblasti speciální aplikace

17	Meze pevného definování zón, známého z literatury	160
17.1	Odchytky v poloze zón	160
17.1.1	Fyziologické odchytky v poloze zón	160
17.1.2	Patologické odchytky	160
17.1.3	Shrnutí	160
17.2	Interakce mezi zatížením na noze a v organismu	161
17.2.1	Účinky zatížení nohy	161
17.2.2	Vlivy zatížení v organismu	161
17.2.3	Další výklady nálezu na noze	162
17.2.4	Shrnutí	162
18	Opatrné ošetřování zón symptomů v případě specifického průběhu onemocnění	163
18.1	Shrnutí	165
19	Akutní ošetření	166
19.1	Všeobecné informace	166
19.2	Postup	166
19.2.1	Působení prodlévacím hmatem v zónách symptomů	166
19.2.2	Současné ošetření funkčně korespondujících zón pozadí	167
19.2.3	Shrnutí	168
20	Možnosti a hranice diagnostiky	170
20.1	Všeobecné informace	170
20.2	Doplňková diagnostika	170
20.3	Další pokyny	171
21	Kombinovaná terapie	172
21.1	Všeobecné informace	172
21.2	Osvědčené možnosti kombinace	172
21.2.1	Ve fyzikální terapii	172
21.2.2	V nemocnicích, rehabilitačních centrech a na lázeňských klinikách	172
21.2.3	V lékařské praxi	173
21.3	RTN a užívání léků	173
21.4	Kolaterální a kontralaterální ošetření	173