

методика бубновского отзыва



Загрузок: 2867

Скорость: 1.43 Мб/с

СКАЧАТЬ

Рейтинг: ★★★★★

Автор: Clopper

Безопасно! Вирусов нет



В



196



Нравится

100



Твитнуть



g+1



50



95



161 комментариев

В



Саша

Благодарочка за все!

1 минуту назад



Ангелина

Побольше бы таких сайтов.

1 минуту назад



Гриша

Первый раз тут, скорость загрузки радует, наличие файлов тоже!

1 минуту назад



Марина

Всем советую, качает быстро.

1 минуту назад



Леша

не поверил глазам, есть все. спасибо!

1 минуту назад



Оксана

Глупости говорят, что незаменимых не бывает, без этого сайта я бы пропала.

1 минуту назад

В течение многих лет профессор, доктор медицинский наук Сергей Михайлович Бубновский разрабатывал собственную систему кинезитерапии, которая позже легла в основу его знаменитого метода. Кинезитерапия (др.-греч.kinesis — движение + therapia — лечение) — эффективная форма лечебной физической культуры, при которой посредством специальных физических упражнений достигается конкретный терапевтический результат. Достоинства: Уникальный метод тренировок, эффективный. Недостатки: В некоторых лечебных центрах Бубновского по стране могут быть неквалифицированные специалисты. С методикой Бубновского я познакомилась несколько лет назад. Поводом стала очень-очень давняя протрузия межпозвонкового диска, которую я успешно лечила у врача-вертебролога. Однако без укрепления мышц спины боли возвращались, хотя и в гораздо меньшей степени. Хотелось... Добрый вечер! Прошу знающих поделиться инфо. У мамы межпозвоночная грыжа - мучают боли ,такое чувство ,что по всему телу . Слышала про методику лечения Бубновского. Кто был? Кто проходил? Есть ли толк? Внимание, всем! Поскольку большинство советов здесь даются псевдоспециалистами из серии "услышал звон, да не знаю, где он", решил прояснить некоторые вещи. Ответы на вопросы. 1. МТБ-2 - это обычный кроссовер фирмы TechnoGym (Бубновский отдается предпочтение этой фирме и я с ним согласен - даже старая линейка тренажеров Technogym у Бубновского - на уровень выше, чем новые линейки многих других фирм). МТБ-1 - это половина кроссовера. На сегодня применяется множество способов лечения позвоночных заболеваний, список которых постоянно пополняется новыми, инновационными методиками. Все они по-своему полезны, все имеют свои положительные и негативные стороны, свои противопоказания..., поэтому они должны назначаться только врачом и проводиться под наблюдением квалифицированных медспециалистов. Здравствуйтесь, уважаемые обитатели форума. У меня проблема такая. Грыжа L5-S1, 5 мм, задняя срединная с латерализацией влево, с деформацией дурального мешка. Протрузии L3-L4, L4-L5. Причем по наблюдениям они у меня с 2006 года. Делаю МРТ периодически. В общем, боли или чувствительности никогда не ощущала. Иногда тянуло поясницу, тогда колола хондропротекторы разные, ела таблеточки, втирала мази. Но вот уже 2 недели как стала нарастать чувствительность в левой ноге. Адрес: Москва, Лучевой 4-й просек, 4 Страница организации » Представителю организации: зарегистрируйтесь, чтобы отвечать на отзывы.