

# Regenerációs lehetőségek „krónikus stressz-állapot“, túledzés esetén

## RE-ORGANIZÁCIÓ a gyakorlatban

Az egyes funkciózavarok és degeneratív elváltozások kezelése a következőképpen történik:

### 1. "Tok-szabály"

Neuro-muszkuláris hiper-tenzió		Mozgáshatár Korlátozott
1. laterál	ROTÁCIÓ	mediál
2. flexor		hiper-extenzió
3. ad-	-DUKCIÓ	ab-
4. Extenzor		flexió

#### Kezelése:

Viofor Terápia "A-1"  
Manuál Terápia - Disztrakció „Manuális medicina igazí indikációja“ Cyriax

### 2. Disz-balansz

Izomrövidülés következményei

Trigger-pont(ok) "TP" izom maximális fájdalmi pontja(i)  
Kisugárzó fájdalmi zóna "APA"

- alakját nem befolyásolják ismert anatómiai képletek ideg, vér-, nyirok-ér...)

- hőmérséklete alacsonyabb a szomszédos bőrfelszínhez képest



#### Kezelése

túlterhelés c:> lefelé 1. Cisztikus De-generáció (térd lat. meniszkusza)

Fájdalom megszüntetése:  
VIOFOR TERÁPIA  
(A 2+3) izomra)

MANUAL TERÁPIA (térd)  
túlterhelés c:> lefelé II.

Testtartási zavar is okozhat másodlagos izomrövidülést a pólyafeszítő izomban, ha sarkunkat az azonos oldali csipő mellé helyezzük.

Nevezhetjük "testtartás zavar c:> lefe- lé II."-nek.

### 3. In-koordináció

Előfordul, hogy egy izom antagonistája pl. M. tensor fasciae latae esetén M.sartorius (szabóizom) nem lazul el kellőképpen és fékezi a fő izom munkáját.

Következménye túlterhelés, fáradás okozta megrövidülés.

M. sartorius c> hiper-tenzió további tünetei:

irritáció: N. saphenus (canalis vas- toaductoria)

szensoros végág: N. infrapatellaris c> fájdalom

motoros ág c> hiper-tenzió M. vastus medialis M. adductor longus patella korlátozott mobilitása

#### Kezelése:

VIOFOR TERÁPIA (lokálisan A 2+3)

Stretching ("ST") és

Patella Manuál-Terápiája (UMT")

4. Diszpozíció (helyzetváltozás) jöhet létre az ízületi partnerek között előre hátra és a test súlypontjában oldalra hátra. Kezelése a Manuális Medicina módszereivel történik.

## Eredmények

**SPORT-ban: MANUÁL+VIOFOR TERÁPIA segítette Sydney 2000 érmeit. (olimpiai-, paralimpiai-) egyaránt. Két egyéni női világbajnoki aranyat sportlövészetben (skeet) és a csapatot 2002-ben Európa bajnoki ezüstéremhez és világbajnoki bronzéremhez.**

**Egy csapattag Reumatoid Arthritis miatt 1.5 éven át hormonkezelésben (steroid) is részesült 5 évvel ezelőtt, melynek súlyosan káros következményei jelentkeztek (Cushing-szindróma).**

**Jelenleg nem szed gyógyszereket és a komplex fizioterápiás felkészítés is segítette, hogy emellett trap és dupla trap magyar bajnokságon aranyérmet szerzett.**

**BETEG gyógyításban a Manuál Terápia és Viofor-Terápia kombinálva Aquafit-terápiával 4 hónap alatt a 4 éve fennálló gerinc-baleset okozta vizelet és széklet inkontinenciát megszüntette és az impotencia lényegesen javult.**

Végső következtetés alapja a "generális adaptációs szindróma" (J. Selye):

Krónikus stressz (túlterhelés) állapotában korlátozódik az oxigén felvétele és felhasználása.

**Mindkét tényező együttes következményei a CIVILIZÁCIÓS ÁRTALMAK.**

**Ugyanennek a civilizációnak új vívmánya kompenzálni képes az említett veszélyeket és elősegíteni az élsportolók regenerációját is és ez a "VIOFOR TERÁPIA".**

## Irodalom

1. Lángfy, Gy.: Az ún. trigger-pontokon alkalmazott He-Ne lézerekupunktúrás készülékkel szerzett tapasztalatok sportolók izomfájdalmainál A Magyar Gyakorlati Akupunktúrával Foglalkozó Orvosok Baráti Körének II. symposiuma Szeged. 1986. Május 10-11. Előadások 129-131.
2. Lángfy, Gy.: THE POTENTIALITY OF MEASURING THE CHANGES OF THE VEGETATIVE NERVOUS SYSTEM BY THERMOGRAPHY AND OTHER NON-INVASIVE METHODS ON SPORTSMEN  
Thermomedia 86 Grazer Kongr. Austria 10-13 Sept. 1986. Stracts 86 old.
3. Lángfy Gy.: Számítógép alkalmazása a terhelésdiagnosztikai vizsgálatok értékelésében Informatika és számítástechnika a sportban Badacsonytomaj, 1981. Május 13-14. Abstract 30.old.
4. Lángfy, Gy.: Szűrő jellegű terhelésdiagnosztikai vizsgálatok jelentősége a sport-rehabilitációban és az egyesületi sportorvosi gyakorlatban Testnevelés- és sporttudomány 19/3/115-123. 1988.
5. Lángfy, Gy., Árkó, N.: Komplex rehabilitációs tevékenység a sportban Sportorvosi Szemle 31/1-4/ 10. 1990.
6. Lángfy, Gy., Árkó, N.: Az izomműködés egyensúlyzavarának jelentősége sportsérüléseknél Magyar Testnevelési Egyetem közleményei Budapest 3/91-99.1990.
7. Lángfy, Gy., Czeglédy, K.: Achilles - Tendopathy can be origin of Muscle - Chain Dysfunction 9th European Congress on Sports Medicine 23/26 Sept. 1991. Porto.

8. Lángfy Gy.: Passzív kimoztatás a komplex fizioterápia gyakorlatában. Sportorvosi Szemle 40/2: 85-91, 1999.

9. Lángfy, Gy., Czeglédy, K.: Izom- működési egyensúlyzavarok kezelésének szerepe a sportsérülések megelőzésében

Sportorvosi Szemle 41/1. 52. 2000. 10. Lángfy Gy.: Új távlatok ~ fizioterápiában: MAGNETOSTIMULACIO. Sportorvosi Szemle 41/3. 191-200. 2000.

11. Lángfy, Gy., Martos, É.: A Sydney-i Olimpia magyar résztvevőinek fizioterápiás kezelése

Sportorvosi Szemle 42/1/47-56.2001 12. Lángfy, Gy.: II Automata biztosíték" az emberi szervezetben Recept 13/4/17-18/2002. október 20.

13. Lángfy, Gy., Czeglédy, K., Kovács, G., Bondár, G. VIOFOR TERÁPIA jelentősége a fizikális medicina gyakorlatában Orvosi Rehabilitáció és a Fizikális Medicina Mo. Társaság XXI. Vándorgyűlése Szentgotthárd 2002. 09. 19-21. Abstract 64.old.

14. Lángfy, Gy.: Mozgásszervi diszfunkciók, testtartási zavarok kezelése MANUÁL- és VIOFOR - TERÁPIÁ-val MANUÁLIS MEDICINA ÉS A MCKENZIE MÓDSZER IRÁNT ÉRDEKLŐDŐ ORVOSOK, GYÓGYTORNÁSZOK SZIMPÓZIUMA

Budapest 2002. 09. 27-29. Abstract 13.old.

15. Lángfy Gy. - Kácsor Júlia - Boclán János - Árkó Nándor - Istvánfi Csaba: Die Vorbereitung der Manuellen Therapie durch Infiltrationsmethoden und die Beurteilung ihrer Wirkung mittels Thermovision. In: Gemeinsame Arbeitstagung der Sektion

I Manuelle Therapie in der Gesellschaft für Physiotherapie der DDR. Potsdam, 1984.93-100

