

## **Использование Метода Зденко Доманчича® в спорте**

*Метод биоэнерготерапии Зденко Доманчича®* используется преимущественно для лечения больных, страдающих от легких или тяжёлых хронических заболеваний. Однако есть и группы здоровых людей, которые также могут использовать *Метод биоэнерготерапии Зденко Доманчича®*. Есть спортсмены: дети, подростки и взрослые, любители активного отдыха, профессиональные спортсмены.

Помимо регулярного медицинского обслуживания спортсмены, как правило, регулярно получают лечение от физиотерапевтов или специалистов по лечебному массажу. Часто этого сочетание этих методов не достаточно, поэтому приходится прибегать к биоэнергетической терапии.

Биоэнергетическая терапия используется в спорте:

- в период реабилитации после травм
- как способ мобилизации перед тренировкой и соревнованиями
- во время восстановления после тренировки или соревнования

Травмы – неприятное явление, особенно для профессиональных спортсменов, которые хотят вернуться к регулярным тренировкам и соревнованиям в кратчайшие сроки.

Биоэнергетическая терапия проводится после предоставления медицинских услуг. Результаты обычно поражающие или - как однажды сказал один врач – «удивительно хорошие».

Улучшение болезненного состояния происходит из-за улучшения циркуляции крови в стадии реабилитации. Более интенсивный поток крови доставляет больше кислорода к мышцам, улучшает смазку суставов, сухожилия и связки, которые становятся более гибкими и эластичными. Послеоперационные раны лечатся быстрее, а боль значительно уменьшается или исчезает.

Я выступаю против скептицизма медицинской практики. Доказано, что этот метод ускоряет процесс выздоровления, однако врачи редко верят в то, что они считают привычными правилами. Они запрещают спортсменам рано приступать к тренировкам, даже если объективные результаты исследований и субъективные ощущения спортсменов свидетельствуют об отсутствии оснований для возвращения к дальнейшим тренировкам.

Перед тренировками и, особенно перед соревнованиями *Метод биоэнерготерапии Зденко Доманчича®* может быть особенно эффективным.

Энергия имеет положительное влияние на концентрацию, внимание, выносливость, уменьшение нервозности. Особенно полезно это влияние для детей, подростков и участников особых соревнований в особых видах спорта.

Спортсмены должны уделять внимание тренировкам и восстановлению. Недостаточное время проведения процедур во время восстановления может повлиять на возможные травмы, чувство «перетренированности», качество выступлений на соревнованиях. Для хорошего восстановления необходим сон, сбалансированная диета, различные типы массажа, холодный/теплый душ, гипербарическая кислородная терапия.

Однако, многие спортсмены не знают, что после десятиминутной биоэнерготерапии выздоровление происходит быстрее, проще и комфортнее, чем при использовании методов, к которым они привыкли.

Я был счастлив принимать участие в новаторских программах исследований, проводимых Загребским факультетом кинезиологии под названием «Оценка влияния биоэнерготерапии на физиологические параметры при восстановлении после высокоинтенсивного возбуждающего воздействия».

Это была дипломная работа, подтверждающая тезис о благотворном влиянии биоэнерготерапии на физиологические параметры, которые отмечаются как знаки утомляемости.

«Среди анализируемых физиологических факторов выздоровления, при анализе поглощения кислорода и частоты сердечных сокращений была продемонстрирована явная тенденция к сокращению параметров при использовании биоэнергетических терапевтических методов». Другими словами, «состояние гомеостаза» под воздействием биоэнерготерапии достигается быстрее, что является целью развития любого организма. Благодаря этому спортсмены быстрее возвращаются к тренировкам или к соревнованиям, что имеет особенно важно сегодня, когда спортсмены сталкиваются с проблемой преодоления «границ невозможного».

Спорт имеет важное значение. Определение спорта следующее: это вид деятельности, который помогает детям, подросткам и взрослым в реализации своих потребностей в движении и игре, развитии способностей, личностных качеств, спортивных знаний, спортивном самовыражении и творчестве, **улучшении и сохранении** здоровья и достижении спортивных результатов на всех уровнях соревнований.

Надеюсь, что учреждения здравоохранения и люди осознают важность применения этого метода в спорте. Реализация этого метода в спорте, так же как и сам спорт, положительно влияют на улучшение общего состояния здоровья. Более того, применение данного метода значительно ускоряет процесс восстановления, повышает спортивную готовность, и соответственно, повышает вероятность достижения высоких результатов.

Автор: Гордана Юкич, судебный медик