

## ИСПОЛЬЗОВАНИЕ АНАТОМО-ФИЗИОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДУШКИ «АСОНИЯ» ДЛЯ УСТРАНЕНИЯ НАРУШЕНИЯ СНА.

*Лешин В.В. Борисов И.О.*

*Орловский государственный университет, кафедра нормальной физиологии, г. Орел*

«Асония» – это подушка нового поколения, обладающая уникальными физиологическими свойствами, обусловленными особенностями ее строения. Наполнителем подушки служат микрогранулы Асония, в основе производства которых лежат нанотехнологии. Данный наполнитель обладает целым рядом уникальных физических свойств, позволяющих получать положительные терапевтические эффекты. В замкнутой оболочке подушки находится наполнитель, свойства которого очень схожи со свойствами жидкости, такими, что наполнитель не оказывает никакого сопротивления изменению формы при неизменном объеме; способность при воздействии внешнего давления передавать это давление по всем направлениям одинаково. Уравновешивая силу тяжести, она создает состояние псевдоневесомости, когда сила тяжести, действующая на организм, значительно уменьшается и организм начинает на функционировать в особых условиях. В отсутствии силы тяжести улучшается кровоснабжение органов и тканей, дополнительное раскрытие капилляров и улучшение трофики позволяет репаративным процессам протекать более интенсивно. Именно такое состояние псевдоневесомости создает подушка «Асония». Создавая состояние псевдоневесомости, подушка приводит к максимальному расслаблению мышц шейного и верхнего грудного отделов позвоночника. Благодаря легкой изменчивости своей формы с возможностью ее сохранения, подушка «Асония» идеально принимает форму позвоночника любого человека, при любом положении головы и шеи, меняя ее при изменении положения тела. Таким образом, вышеизложенные особенности делают подушку незаменимой для профилактики и в качестве существенного терапевтического дополнения при лечении такой патологии, как шейный и грудной остеохондроз, сколиоз, плече-лопаточный периартрит и многое другое. Важным следствием улучшения состояния при данных заболеваниях является не только снятие болевого синдрома, но и улучшение мозгового кровообращения, обусловленное устранением спазма сосудов шеи. Наполнитель подушки «Асония» аккумулирует энергию, равномерно распределяет ее по всей толщине наполнителя. В течении года наблюдалось 480 человек, из которых 34 мужчин и 446 женщин. По возрастным группам распределение было следующим: до 3-х лет – 5 чел, 3-10 лет – 22 чел, 10-16 лет – 31 чел (ИТОГО 58 детей); от 18 до 35 – 118 чел, 35-50 – 136 чел, старше 50 лет – 168 чел. Продолжительность нарушения сна составляла от 10 дней до года и более. Частота нарушения сна колебалась от 1 до 7 ночей в неделю. Нарушения сна были как спонтанными (у 312 человек – 79,6%), так и связанными со стрессиндуцирующими событиями (у 80 человек – 20,4%). Встречались все нарушения сна преимущественно в различных комбинациях. Ежемесячно проводилось анкетирование по анкете бальной оценки субъективных характеристик сна. Через год использования подушки «Асония» 392 пациента, страдавших нарушением сна, распределялись следующим образом: 259 человек (66%) – 22 и более баллов (норма), 112 человек (29%) – 19-21 балл (пограничное состояние), 21 человек (5%) – менее 19 баллов (нарушение сна). Следует отметить улучшилось эмоциональное состояние наблюдаемых; на нормализацию сна уходило от 7 дней до 1 года в зависимости от возраста, соматического состояния пациентов и клинической выраженности нарушения сна. Наши наблюдения показали, что из всех 392 пациентов, страдающих различными нарушениями сна, сон нормализовался у 304 человек (77,5%), у 67 человек (17%) сохранялось пограничное состояние и лишь у 21 человека (5,5%) улучшение сна не наблюдалось.

### ЛИТЕРАТУРА

1. Сборник научных тезисов и статей «Здоровье и образование в XXI веке», Москва, 2011. Т.13.
2. Сборник научных тезисов и статей «Здоровье и образование в XXI веке», Москва, 2010. Т.12.
3. Сборник научных тезисов и статей «Здоровье и образование в XXI веке», Москва, 2009. Т.11.
4. Сборник научных тезисов и статей «Здоровье и образование в XXI веке», Москва, 2008. Т.10.
5. Сборник научных тезисов и статей «Здоровье и образование в XXI веке», Москва, 2007. Т.9.
6. Сборник научных тезисов и статей «Здоровье и образование в XXI веке», Москва, 2006. Т.8.
7. Сборник научных тезисов и статей «Здоровье и образование в XXI веке», Москва, 2005. Т.7.
8. Сборник научных тезисов и статей «Здоровье и образование в XXI веке», Москва, 2004. Т.6.
9. Сборник научных тезисов и статей «Здоровье и образование в XXI веке», Москва, 2003. Т.5.
10. Сборник научных тезисов и статей «Здоровье и образование в XXI веке», Москва, 2002г. Т.4.
11. Сборник научных тезисов и статей «Здоровье и образование в XXI веке», Москва, 2001г. Т.3.
12. Сборник научных тезисов и статей «Здоровье и образование в XXI веке», Москва, 2000г. Т.2.
13. Электронный сборник научных трудов «Здоровье и образование в XXI веке». 2011. Т.13.
14. Электронный сборник научных трудов «Здоровье и образование в XXI веке». 2010. Т.12.
15. Электронный сборник научных трудов «Здоровье и образование в XXI веке». 2009. Т.11.
16. Электронный сборник научных трудов «Здоровье и образование в XXI веке». 2008. Т.10.
17. Электронный сборник научных трудов «Здоровье и образование в XXI веке». 2007. Т.9.
18. Электронный сборник научных трудов «Здоровье и образование в XXI веке». 2006. Т.8.
19. Электронный сборник научных трудов «Здоровье и образование в XXI веке». 2005. Т.7.

20. Электронный сборник научных трудов «Здоровье и образование в XXI веке». 2004. Т.6.
21. Электронный сборник научных трудов «Здоровье и образование в XXI веке». 2003. Т.5.
22. Электронный сборник научных трудов «Здоровье и образование в XXI веке». 2002. Т.4.
23. Электронный сборник научных трудов «Здоровье и образование в XXI веке». 2001. Т.3.
24. Электронный сборник научных трудов «Здоровье и образование в XXI веке». 2001. Т.2.