### НЕТРАДИЦИОННЫЕ МЕТОДЫ ОЗДОРОВЛЕНИЯ



# ЧТО ТАКОЕ АРТ-ТЕРАПИЯ?

• **Арт-терапия** - это метод <u>психотерапии</u>, использующий для лечения и психокоррекции художественные приёмы и творчество, такие как рисование, лепка, музыка, фотография, кинофильмы, книги, актёрское мастерство, создание историй и многое другое.

• Арт-терапия эффективно работает как при консультировании и терапии взрослых, так детей и подростков. Метод не имеет ограничений и противопоказаний.

Спектр проблем, при решении которых могут быть использованы техники арттерапии, достаточно широк:

- внутри- и межличностные конфликты,
- кризисные состояния
- экзистенциальные и возрастные кризисы
- травмы
- потери

- постстрессовые расстройства
- невротические расстройства
- психосоматические расстройства
- развитие креативности
- развитие целостности личности
- обнаружение личностных смыслов через творчество
- многое другое



# ЧТО ТАКОЕ АКУПУНКТУРА?

• **Акупунктура** — направление в традиционной китайской медицине, в котором воздействие на организм осуществляется специальными иглами через особые точки на теле посредством введения их в эти точки и манипуляций ими.

#### ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ

Во время всего лечения с помощью игл запрещается

- употреблять алкоголь
- употреблять острую и жирную пищу
- принимать ванну, плавать в бассейне и в открытых водоемах
- заниматься тяжелыми физическими нагрузками

#### ПОЛЬЗА?

• Метод иглоукалывания улучшает обменные процессы в организме, стимулирует выработку собственных гормонов, усиливает защитные реакции организма.

## ВИДЫ ПРИМЕНЕНИЯ

Применяется этот метод довольно широко, вот примерный перечень заболеваний, при которых возможно добиться положительных результатов с помощью игл

- заболевания центральной и периферической нервной системы
- заболевания позвоночника, сопровождаемые болью в различных его отделах
- головные боли различного происхождения, в том числе мигрень
- мышечные боли
- депрессия
- алкогольная зависимость

- хроническая усталость
- нарушение сна
- заболевания желудка и кишечника, к том числе колиты, гастриты, язва желудка и двенадцатиперстной кишки
- заболевания печени
- заболевания мочеполовой системы
- расстройства сексуальной сферы
- бронхиальная астма
- заболевания легких
- гинекологические заболевания
- частые простуды, болезни горла
- аллергические реакции

Nº 40

New York



New York

hhhhhhhhhhhh

PATHIC PREPA

Nº26



E NAUSEA, VO

erry (Cocculus Ind.) 2)

VMADE IN U.S.A



New York



New York

# ЧТО ТАКЕО ГОМЕОПАТИЯ?

• Гомеопатия - это метод лечения, главным принципом которого является назначение препаратов, вызывающих симптомы, аналогичные симптомам болезни. Концепция лечения по принципу «подобное подобным», в противоположность принципу аллопатии. Основоположник и автор термина - немецкий врач Христиан Фридрих Самуэл Ганеман (нем. Christian Friedrich Samuel Hahnemann; 1755 -1843).

