

интуитивно (бессознательно) найденную истину до Другого. Поэтому психоанализ по сути представляет собой разновидность конструктивизма: поиск исходного травмирующего события представляет собой не поиск высказывания, соответствующего «реальности», но поиск такого утверждения, которое привело бы к исцелению. ☉Психоанализ – это симптом «смерти метафизики» как солипсистской точки зрения. Ибо практически каждая телеологическая точка зрения (в том числе и теология), или любая позиция восприятия мира как гармоничного целого, является солипсистской (мир осмысливается как мой мир и охватывается целиком). Библия, например, догматически предъясняет нам самое метафизическое и страшное – в любом случае опосредование Другого. Идеализм и материализм, стесняющийся всего того, что не есть он сам, являются разновидностями метафизики - насильственной попытки устранить Другого, уничтожить его, или подчинить себе. Напротив, психоаналитик пытается снять проблему, создав иллюзию обретения начала причинной цепи, которая в действительности трансцендентна по отношению к языку и культуре.

### **Упражнения на растягивание как средство борьбы с мышечным и эмоциональным перенапряжением**

**Е.В.Мальчикова**

Воронежская государственная технологическая академия

Человеческий организм создан рационально, в нем все взаимосвязано и взаимозависимо. Каждая мышца нашего тела имеет строго определенную функцию, должна нести полноценную нагрузку и хорошо отдыхать. От качества работы мышц, как и любого другого органа, зависит нормальное функционирование всего организма. Мышечное бездействие в сочетании с постоянным нервным напряжением губительно сказывается на нашем здоровье. Между тем, современный человек, особенно живущий в городе, зачастую лишен возможности полностью удовлетворить потребность организма в движении. Если недостаток двигательной активности можно восполнить, занимаясь бегом, посещая бассейн или группу здоровья, то для снятия нервного напряжения часто необходимы дополнительные усилия.

Установлено, что переживания, длительные психотравмирующие, особенно на фоне переутомления и физических недугов, провоцируют нарушение деятельности вегетативной нервной системы, желез внутренней секреции и внутренних органов. Это вызывает осложнения в работе сердечно-сосудистой системы, а также изменения в мышцах и соединительных тканях.

При растягивании разных частей и всего тела в соответствующих направлениях мы добиваемся чередования напряжения и расслабления в мышцах. Причем, меняя силу и направление нагрузки, используя различные приемы растяжек и комбинируя их в определенных сочетаниях, мы можем задействовать многие группы мышц. Растяжки основаны на естественном движении. Суть этого явления исключительно важна. При потягивании, а также при специальных упражнениях на растягивание (растяжках) происходит смена кратковременных мышечных напряжений и расслаблений, что позволяет человеку за короткое время полностью отдохнуть и вновь обрести активное рабочее состояние.

Выполняя упражнения на растягивание на занятиях физической культурой со студентами, мы повышаем их двигательную активность, улучшаем подвижность суставов, способствуем быстрейшему восстановлению полноценных движений в случае травм, заболеваний, нервных перенапряжений и стрессовых ситуаций. Растяжки способствуют приобретению навыка глубокого расслабления, что благотворно влияет и на эмоциональную сферу.

### **Влияние немедикаментозных методов лечения ангиопатии на состояние системы гемостаза у больных сахарным диабетом**

**М.Н. Солун, В.Ф.Киричук, Н.И. Дихт**

Саратовский медицинский университет, Россия

Целью нашего исследования явилось проведение сравнительной оценки эффективности различных немедикаментозных методов лечения диабетической ангиопатии нижних конечностей (ДАНК) и изучение патогенетических механизмов их воздействия. Под наблюдением в клинике эндокринологии находилось 250 больных, страдающих ДАНК функциональной стадии. У большинства пациентов был СД 1 типа, преимущественно тяжелой формы. Среди больных было практически равное количество мужчин и женщин в возрасте от 16 до 56 лет. Длительность заболевания у большинства пациентов не превышала 10 лет. До начала применения каждого метода лечения и после его завершения проводили клиническое обследование, а так же реовазографию стоп и голеней, ультразвуковую доплерографию и термографию нижних конечностей, изучение состояния системы гемостаза и антитромбогенной активности сосудистой стенки.

Базисная терапия представлена диетой и инсулином. Для лечения ДАНК нами были применены следующие методы немедикаментозной терапии: иглорефлексотерапия (ИРТ) у 83 больных, чрескожное лазерное облуче-