

Исследование стресса

Влияние андуляционной терапии на физиологические показатели стресса.

Введение.

В масштабном исследовании стресса принимали участие 500 гостей курорта, недавно приехавшие на отдых. Было изучено влияние андуляционной терапии на показатели вегетативной нервной системы при стрессе. Время в пути и незнакомая обстановка, весомерно увеличили напряженность прибывших.

Это было выявлено приблизительно у 83% пациентов. Было очевидно, необходимо уменьшение стрессового показателя терапевтическими методами.

Применение андуляционной терапии оказалось полезным.

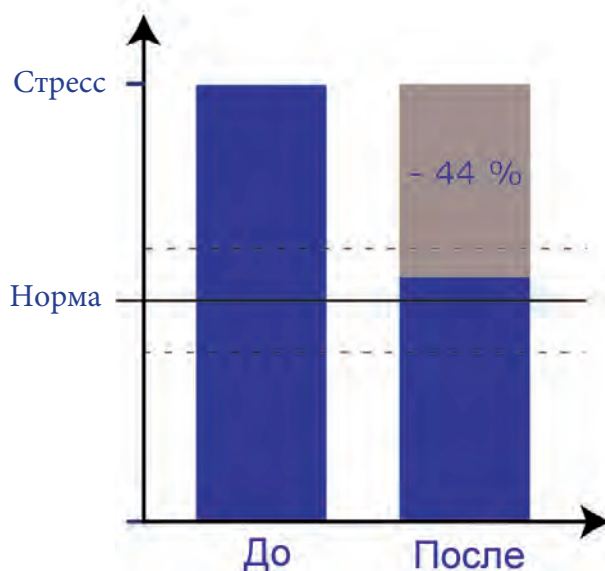
Методика.

Исследовалось антистрессовое воздействие андуляционно-терапевтической системы (программа № 5, hhr, Карлсруэ) на вегетативную нервную систему. Средний возраст испытуемых обоих полов составлял 62,4 года.

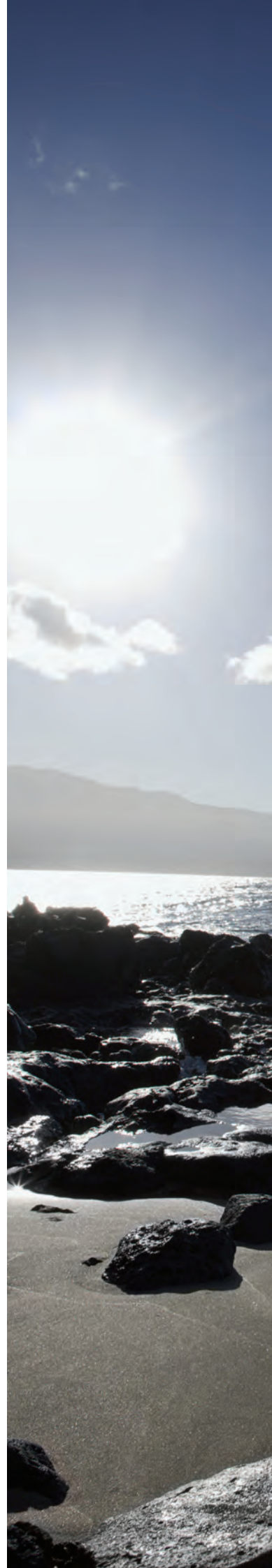
Уровень стресса до и после сеанса по частоте сердечных сокращений. Это дает представление о работе симпатической и парасимпатической нервных систем.

Высокая симпатическая активность, но сниженная парасимпатическая, указывают на повышенный уровень стресса. Эхокардиограмма (ЭКГ) регистрировалась системой Telemedizinische Mess-system Cluemedical компании Telovital, Вена. В течение 2-х минут регистрировалась ЭКГ, затем, основываясь на изменение частоты сердечных сокращений (рис. 2a и 2b Tfcrogram), анализировались результаты (рис. 2a и 2b Spectrum).

Андуляционная терапия снижает напряжение.



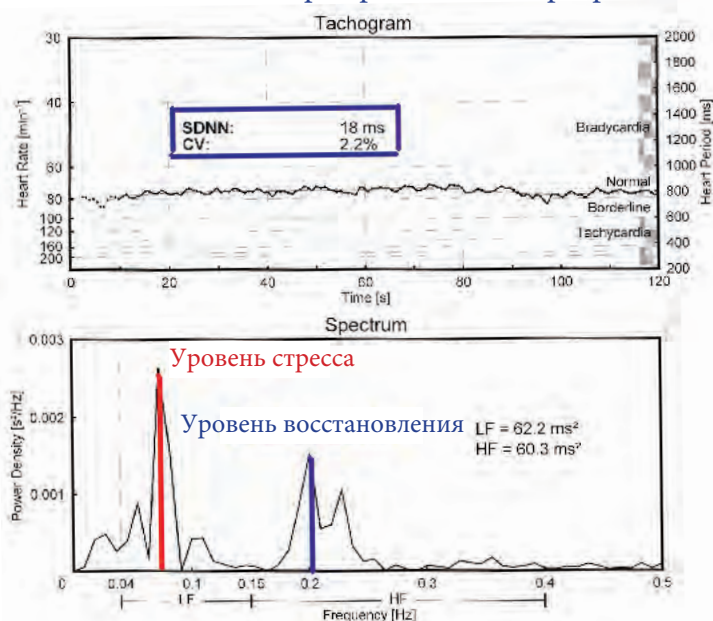
► Рис. 1:
Снижение стресса с помощью андуляционной терапии.



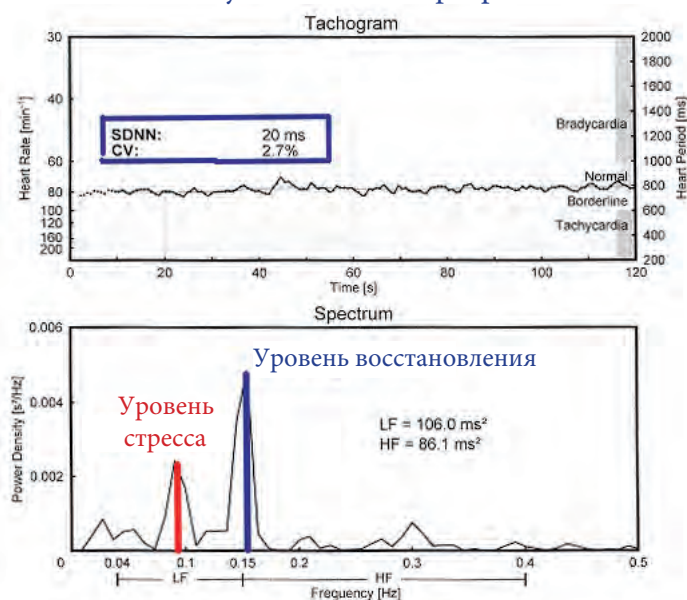
Результаты.

Из 500 исследованных 414 гостей курорта имели высокий уровень стресса при поступлении. Те, у кого был низкий уровень стресса, не участвовали в исследовании. Испытуемые с высоким показателем стресса, добровольно дали свое согласие на терапию. Стресс-параметры наглядно показаны в общем частотном спектре, а так же в отношении продолжительности низких (LF) к высоким (HF) частотам (Рис. 2а). Дополнительный положительный эффект антистрессовой андуляционной терапии можно увидеть, проанализировав частоту сердечных сокращений, сразу после сеанса. Частота сердечных сокращений увеличивается в среднем на 28%. Это означает огромную пользу для здоровья сердца и сердечно-сосудистой системы.

а) 55-летний менеджер перед сеансом программы Р 5:



б) после 15-минутного сеанса программы Р 5:



◀Рис. 2а) и 2б):
Показатели стресса и
параметры
симпатической и
парасимпатической
нервных систем.