

Wydawnictwo:
Trema Eigenverlag Vaduz 1975

Tłumaczyła z języka niemieckiego
Ewa Maciołowska

Weryfikacja przekładu oraz opracowanie redakcyjne
inż. Olga Mielęcka, inż. Zygmunt Mielęcki

Wszelkie prawa reprodukcji w całości lub w jego części zastrzeżone przez
Centralę Usługowo-Wytwórczą „Róźdzkarz”

SPIS TREŚCI

I. WPROWADZENIE DO TEORII RECEPTORÓW

	Str.
Co to są receptory?	7
W jaki sposób działają receptory?	7
Dlaczego ukiwienie jest tak ważne?	7
Zakłócenia w układzie receptorów	8
W jaki sposób można działać na receptory?	8
Gdzie rozpoczynamy masaż?	12
Możliwe reakcje	12

II. WYDALANIE SUBSTANCJI TRUJĄCYCH

Nerki, przewód moczowy, pęcherz	13
Wątroba i pęcherzyk żółciowy	25
Jelito cienkie	32
Jelito grube	34
Ślepa kiszka	34
Odbytnica	37
Płuca i oskrzela (patrz rozdział dotyczący oddychania)	77

III. PRZEMIANA MATERII

Uzębienie	20
Przełyk	22
Żołądek	22
Dwunastnica	24
Wątroba i pęcherzyk żółciowy	25
Trzustka	30
Jelito cienkie	32
Jelito grube	34

IV. UKŁAD KRAŻENIA

Serce	38
Tętno i żyły	41

V. UKŁAD NERWOWY

Głowa	42
Kręgosłup	43
Świat słoneczny	54

VI. PRZECIWCIAŁA

Układ limfatyczny	54
-------------------------	----

VII. GRUCZOŁY HORMONALNE

Przysadka mózgowa	61
Nadnercze	61
Przysadka	63
Tarczycy	64
Jajniki i jądro (patrz: narządy płciowe)	65
Tarczycy (patrz: przemiana materii)	30

VIII. NARZĄDY PŁCIOWE

- Żeńskie	65
- Męskie	71

IX. UKŁAD ODDECHOWY

Tętno	77
Oskrzela	77
Płuca	77

X. NARZĄDY ZMYŚŁÓW

Oczy	79
Uszy oraz układ równowagi (łuska)	81

XI. STAWY

Ręce, nogi, barki i miednica	85
------------------------------------	----

XII. CO JESZCZE NALEŻY DO TEMATU?

Odżywianie	95
Obuwie	100
Promieniowanie ziemi (różnica)	101
Pozytywne nastawienie	104
Kapiele	106

XIII. CO NALEŻY MASOWAĆ W PRZYPADKU:

Załączniki	107
Zestawienie receptorów	114

Str.

I. WPROWADZENIE DO TEORII RECEPTORÓW

Co to są receptory?

Receptory stanowią unerwione punkty pozostające w związku z odpowiednią częścią ciała ludzkiego. Receptory znajdują się w całym ciele ludzkim. Jednak jeżeli chodzi o receptory omawiane w niniejszej książce, to znajdują się one przede wszystkim w stopach. Ma to swoje uzasadnienie, gdyż żadna inna część ciała ludzkiego nie jest tak zaniedbana i zmarniała jak właśnie nasze stopy. Z punktu widzenia natury przewidziano, iż człowiek będzie chodził bosy, a chodząc po żwirze i kamieniach będzie unosił swoje stopy. Wymienione receptory. Środowisko się jednak zmieniło. Grunt, a więc „pole pracy” naszych stóp już nie jest nierówne, lecz wyrównane i wyasfaltowane. Do tego dochodzi jeszcze problem obuwia. Długoletnie zmuszanie do ponoszenia się w tej klatce hamowało i hamuje krwioobieg. Skutkiem tego jest zgnięcie stóp, a co gorsze, niedokrwienie receptorów, które nie mogą w sposób wystarczający spełniać swoich funkcji.

W jaki sposób działają receptory?

Poprzez masaż receptorów osiągamy lepsze ich ukrwienie, a co za tym idzie również odnośnego narządu. Dlaczego i w jaki sposób się to odbywa nauka jeszcze nie wyjaśniła, ale że tak jest, mamy szereg dowodów. Jeżeli na przykład masujemy środkowy palec u nogi (receptor środkowego palca u ręki), to po krótkim czasie można już stwierdzić, iż palec ten jest najcieplejszy w całej ręce, a więc najlepiej ukrwiony.

Dlaczego ukrwienie jest tak ważne?

Ukrwienie jest warunkiem życia każdego narządu, ponieważ krew jest środkiem transportującym:

- wszelkie substancje odżywcze,
- tlen,
- hormony,
- przeciwciała i również
- produkty rozpadu.