

*Pogledi/ Views*

OSNOVI REFLEKSOTERAPIJE

THE BASES OF REFLEXOTHERAPY

Correspondence to:

Asist. dr sc. med. Drago Đorđević  
Institut za patološku fiziologiju,  
Medicinski fakultet u Beogradu  
Dr Subotića 9.  
Tel. 064/596-77-80, 011/36-13-650.  
e-mail: dragodj@med.bg.ac.rs

Drago Đorđević

Institut za patološku fiziologiju, Medicinski fakultet u Beogradu

*Ključne reči*

refleksoterapija, refleksogene (akupunkturne) tačke, refleksogene (akupunkturne) zone, vidovi refleksoterapije.

*Apstrakt*

Cilj ove studije je upoznavanje naučne i stručne javnosti sa osnovama refleksoterapije, kako bi se dao doprinos razrešavanju problema mistifikacije i negativizma o dejstvu pojedinačnih njenih metoda, kao što su npr., akupunktura i magnetoterapija.

*Key words*

reflexotherapy, reflexogenic (acupuncture) points, reflexogenic (acupuncture) zone, modes reflexotherapy.

Refleksoterapija je terapijska disciplina koja se bavi izučavanjem mehanizama terapijskog delovanja, kao i načina primene, raznih fizičkih, hemijskih, bioloških i farmakoloških agenasa ili njihovih kombinacija, na specifične refleksogene, odnosno akupunkturne, reflektorno-punkturne, reflektorne, aktivne, biološki aktivne zone ili tačke, tačke refleksoterapije, iglorefleksoterapije ili reflektorno-punkturne terapije (1-6). Refleksoterapija je opšti terapijski postupak koji u najopštijem smislu označava "lečenje putem izazivanja refleksa" (2-6).

Refleksoterapija predstavlja terapijsku primenu više načina draženja određenih refleksogenih zona (RZ) i/ili zonula, odnosno tačaka (RT), metodima ekscitacije i inhibicije, preko kožnih, vezivnih, mišićnih, kostnih i nervnih tkiva, različitih po intenzitetu, karakteru i trajanju nadražaja (3-6). To je skup različitih načina i metoda doziranog indirektnog i direktnog draženja eksteroreceptora, proprioceptora i interoceptora, koji ispoljavaju regulišući uticaj na integrativnu i koordinativnu aktivnost nervnog sistema, utičući tako u osnovi stimulatивно ili inhibitorно i na ostala tkiva, organe i sisteme organizma.

Refleksoterapija se zasniva na osnovnim zakonitostima funkcionisanja organizma po sistemu odražene aferentacije, po principu uslovno-bezuvoljnog refleksa, pa se suština mehanizma terapijskog efekta svodi na princip reflektornog uticaja na različite funkcije organizma. Refleksoterapija, stoga, predstavlja skup različitih načina izazivanja i formiranja prostih i složenih refleksa u terapijske svrhe. Otuda i celokupnost različitih načina i metoda delovanja, preko određenih zona (RZ) ili tačaka (RT), *objedinjenih po opštem mestu i (refleksogenom) principu dejstva*, nosi zajednički naziv *refleksoterapija* (1,3). Zone malih površina, od 0,1 do 100 mm<sup>2</sup>, prosečnog prečnika od 0,1 do 10 mm kod zdravih,

budnih, odmornih i emocionalno mirnih, spokojnih osoba (2), nazivaju se *mikrozona* ili *zonule*, *punktumi* ili *tačke*, a primenjena terapija *mikrozonalna* ili *zonularna refleksoterapija*, odnosno *punktaciona refleksoterapija* ili *reflektorno-punkturna terapija* (6). Zone dejstva većih površina, ili makrozona, označavaju se kao aktivne zone dela tela, a primenjena terapija *makrozonalna* ili, samo, *zonalna refleksoterapija* tog dela tela (npr., zonalna terapija stopala ili, s obzirom na mehanizam dejstva, zonalna refleksoterapija stopala).

Ove mnogobrojne *životne*, *aktivne*, ili *ekstra-bioaktivne* zone ili tačke, iako empirijski ustanovljene tokom višemilenijumskog razvoja istočnjačke medicine, još uvek su nedovoljno proučene i relativno slabo poznate u savremenoj medicini (6). Malo je poznato da se sa ovim *istočnjačkim zonama i tačkama života* tzv. prozora tela (kože i analizatora vida, sluha, mirisa i ukusa) (2,6) poklapaju ne samo *projekcione zone* kože, nego i projekcione zone ostalih čula: dužice (*Mayens F.*, 1670; *Peczeli J.*, 1866), jezika (*Nechaev M.*, 1835), nosa (*Bonnier P.*, 1912) i uha (*Nogier P.*, 1951) (6). Vrlo malo se zna i to, da se sa zonama i tačkama života, većinom, podudaraju davno otkrivene i relativno već dobro proučene: *Zakharin-Head-ove* (1885) ili *Head-ove* (1898) zone kože, *Mackenzie-ve* (1917) zone u mišićima, *refleksne zone* potkožnog vezivnog tkiva po *Dicke-u* (1930) i periosta po *Vogler-u* (1928), tzv. bolne i dijagnostičke *Valleix-ove* (1841), *Erb-ove* (1867) i *Cornelius-ove* (1903) tačke; *trigger zone* (*Edeiken J.*, *Wolferth C.C.*, 1936) i *trigger tačke* (*Travell J.G. et al.*, 1942), *aktivne tačke* po A.K. *Podshibyakin-u* (1967), *tačke i zone uzbune* po L. *Stiefvater-u* (1956) (6).

### Vidovi refleksoterapije

Prema energetskom konceptu, refleksoterapija predstavlja postupak pomaganja organizma energijom preko RZ i RT tela. To je postupak kojim se primarno reguliše poremećaj energetskog bilansa dodavanjem fizičke energije (putem dejstva fizičkih agenasa), hemijske energije (putem lekova i drugih hemijskih sredstava), ili njihovim kombinovanim dejstvom (preko bioloških sredstava) <sup>(1)</sup>. Na taj način, prema vrsti primenjene energije, definiše se vid refleksoterapije.

*Vid refleksoterapije* je skup različitih postupaka, oblika ili načina delovanja terapijskih sredstava, zasnovanih na jednom od dva osnovna metoda delovanja: eksitatornom i inhibitornom. Postoji *pet osnovnih vidova refleksoterapije*, baziranih na primeni *pet osnovnih vrsta draži* (fizičke, hemijske, biološke, farmakološke, i kombinovane) <sup>(1)</sup>.

Svaka vrsta draži predstavlja poseban istorodan skup sačinjen od velikog broja različitih oblika draži, pa *svaki od vidova refleksoterapije obuhvata veliki broj različitih oblika refleksoterapije*.

Izuzev specifične primene refleksoterapije na dužicu, uslovljene posebnim osobinama oka i ovog refleksogenog (refleksološkog), odnosno iridološkog mikrosistema, svaki od vidova dejstva refleksoterapije, može se primeniti na invazivan ili neinvazivan način.

*Neinvazivna primena* se obavlja preko RZ i RT kože, sluzokoža i analizatora vida, sluha, mirisa i ukusa, pri čemu se ne prekida integritet njihovog tkiva, pa se u nazivu sredstva primene, odnosno vida ili oblika refleksoterapije, koristi terminološki nastavak "punktura".

*Invazivna primena*, za razliku od neinvazivne, vrši se kroz kožu i sluzokožu, prekidanjem njihovog kontinuiteta iglom, posebnom tankom sondom, ili na neki drugi način. Zbog toga se u nazivu sredstva primene, odnosno oblika ili vida refleksoterapije, upotrebljava terminološki nastavak "akupunktura" [lat. *acupunctura* (*acus* = igla, *punctura* = bod ili ubod)], kao što je terapija magnetnim iglama: magne-toakupunktura.

*Fiziorefleksoterapija* je vid refleksoterapije koji obuhvata mnoštvo različitih oblika primene fizičkih draži na RZ i RT organizma (*zonalna i punkcionalna fiziorefleksoterapija*). Veliki broj oblika fiziorefleksoterapije uslovljen je korišćenjem brojnih vrsta fizičke energije [mehanička, elektromagnetna (električna, magnetna, termička) i kombinovana], koja se, u odnosu na druge oblike energije, dominantno primenjuje u refleksoterapiji <sup>(6)</sup>.

*Hemiofleksoterapija* je vid refleksoterapije koji predstavlja terapijsku primenu mnogobrojnih hemijskih sredstava za podraživanje RZ i RT organizma (*zonalna i punkcionalna hemiofleksoterapija*). Otuda i tako veliki broj različitih oblika hemiofleksoterapije, koji se u principu svrstavaju u *infiltrativnu refleksoterapiju* i *homeosinijatriju* <sup>(6)</sup>.

*Biorefleksoterapija* je vid refleksoterapije koji podrazumeva terapijsku primenu mnogobrojnih faktora draženja biološkog porekla na RZ i RT organizma (*zonalna i punkcionalna biorefleksoterapija*). Obuhvata veliki broj oblika koje se svrstavaju u dve grupe: *tkivnu* i *nutritivnu refleksoterapiju* <sup>(6)</sup>.

*Farmakorefleksoterapija* je vid refleksoterapije koji u najširem smislu obuhvata aktivaciju RZ i RT, preko eksteroreceptora, proprioceptora i visceroreceptora organizma, dozira-

nom upotrebom raznih farmakoloških supstanci (*zonalna i punkcionalna farmakorefleksoterapija*).

*Refleksoterapija kombinovanim sredstvima* je poseban vid refleksoterapije koji je zasnovan na korišćenju združenih fizičko-hemijskih efekata mnogobrojnih kombinovanih oblika draži primenjenih na RZ i RT organizma (*zonalna i punkcionalna refleksoterapija kombinovanim sredstvima*).

### Glavni uslovi efekta refleksoterapije

*Refleksoterapijski efekat*, kao reakciju organizma na dejstvo draži primenjene na RZ ili RT, *određuju tri osnovna činioca*, koji čine i *glavne uslove* sprovođenja refleksoterapije: (1) *moment dejstva*; (2) *metod dejstva*; i (3) *mesto dejstva*. Ova *tri uslovljavajuća faktora* predstavljaju i *glavne terapijske principe* koji se *moraju* poštovati pri svakoj primeni bilo kojeg oblika refleksoterapije <sup>(4,6)</sup>.

*Moment dejstva* ili moment draženja je polazno funkcionalno stanje organizma, koje predstavlja stanje jedinice u određenom vremenskom periodu (za vreme primene refleksoterapije), uzimajući u obzir i individualne karakteristike, karakteristike toka bolesti, propratnih stanja, sindroma ... <sup>(4,6)</sup>

*Metod dejstva* je "univerzalni" način ili postupak dejstva <sup>(3,4)</sup>. To je fiziološki mehanizam na kome se bazira refleksoterapijski efekat. Saglasno odvijanju osnovnih fizioloških procesa, prvenstveno nervnih procesa aktivacije i inhibicije, najčešće se primenjuju *dva osnovna* metoda dejstva refleksoterapije: *eksitatorni i inhibitorni metod*, oba u po dve varijante (slaboj i jakoj), adekvatno većoj ili manjoj jačini draženja. *Eksitatorni metod* podrazumeva primenu slabih i kraćih, ili, kratkotrajnih isprekidanih jakih nadražaja, dok *inhibitorni metod* označava kontinuiranu primenu dugotrajnog i jakog draženja <sup>(2,3,6)</sup>. Pri sniženoj funkciji ili tonusu primenjuje se metod ekscitacije: izaziva ekscitatorni, stimulirajući ili tonizirajući efekat (*metod stimulacije, tonizacije ili akumulacije energije*); i obratno, povišena funkcija ili tonus se tretiraju metodom inhibicije, izazivajući smirenje, sedaciju ili disperziju energije (*metod smirenja, sedativni ili disperzioni metod*) <sup>(4,6)</sup>. U kliničkoj praksi, međutim, iz više razloga, posebno zbog izmenjene simptomatike i mogućih propratnih oboljenja, često se, kao treći, prelazni metod, primenjuje *metod umerenog draženja* (*uspokojavanje, harmonizacija*), naročito u prvoj seansi tretmana <sup>(2)</sup>.

*Mesto dejstva* je početna, ali najvažnija i odlučujuća karika za postizanje određenog refleksoterapijskog efekta. Refleksoterapija se specifičan način i sistem delovanja, koji se odlikuje, pre svega, time, što se draž nanosi na RZ i međusobno povezane RT, koje grade mrežu sistema telesnih meridijana (TM) i imaju specifična svojstva <sup>(6)</sup>.

Prema mestu primene draži, ili lokalizaciji RZ i RT na pojedinim oblastima tela, refleksoterapija se deli na: *tradicionalnu korporealnu refleksoterapiju* [uključujući zone TM i zone površinske višeigličaste akupunkture] i *refleksoterapiju mikrosistema* (MS), odnosno mikroakupunktornih sistema (MAS) <sup>(5,6)</sup>. Među *refleksološkim mikrosistemima*, odnosno MAS, najpoznatiji su *MS (MAS): skalpa, aurikule, dužice, nazalnih tačaka, oralnih tačaka, šake, i stopala* <sup>(5,6)</sup>. Prema holografskoj koncepciji tela, saglasno *bioholografskom zakonu* o distribuciji tačaka, svaki ovaj *bioholografski sistem* ima svoje *bioholografske mikrosisteme*, sa

tačnim rasporedom mikrozona ili tačaka, koje predstavljaju *holografsku projekciju* makrosistema u celini <sup>(7)</sup>. Njihovo jedinstvo i povezanost sa nervnim sistemom ostvaruje sistem TM i njihovih RT <sup>(8)</sup>, čiji morfofunkcionalni supstrat čini mnogo veći sadržaj pukotinstih spojnih kanala (eng. *gap junction channels*), humoralnih tkivnih elemenata (i faktora) i nervnih receptora <sup>(6)</sup>.

### Abstract

The purpose of this study is to inform scientific and professional community about basics of reflexotherapy, in order to give an contribution to solve the problems of mystification and negation of effects of some segments of its methods such as e.g. acupuncture and magnetotherapy.

### LITERATURA

1. Гапонюк ПЯ: Акупунктура-метод рефлекторно-пунктурной физиотерпии. *Вопр Курортѳол Физиотѳер Леч Физ Кулѳи* 1983; 2: 1-6.

2. Лувсан Г: Традиционные и современные аспекты восточной медицины. АО "Московские учебники и Картолитѳграфия", Москва, 2000, с. 26-111.

3. Стояновский ДН: Рефлексотерапия. Практическое руководство. Эксмо, Москва, 2008, с. 48-62.

4. Тикочинская ЕД: Основы иглорефлексотерапии. Медицина, Москва, 1979, с. 20-96, 192-219.

5. Macheret EL, Lisenyuk VP, Samosyuk IZ: Atlas akupunkturikh zon. Vishcha shkola, Kiev, 1986.

6. Đorđević D: Elektrofiziološka istraživanja mehanizama refleksoterapije. Magistarski rad. Medicinski fakultet, Beograd, 1995.

7. Zhang Y: ECIWO Biology and Medicine: a new theory of conquering cancer and completely new acupuncture therapy. Neimenggu People Press, Beijing, 1987.

8. Bowsher D: Mechanisms of acupuncture. In: Filshie J, White A (eds.): Medical Acupuncture: A western scientific approach. Churchill Livingstone, Edinburgh, 1998, pp. 69-82.