www.vitafon.ru www.vitafon-market.ru

# ВИТАФОН-2

## АППАРАТ ВИБРОАКУСТИЧЕСКОГО И ИНФРАКРАСНОГО ВОЗДЕЙСТВИЯ

## Методики ИК-воздействия
## Методики фонирования с использованием матраца




VITAFON®

**Уважаемый пользователь**
**изделий ООО «Витафон»!**

**Мы всегда рады Вашим отзывам** по применению аппаратов серии «Витафон» и дополнительной комплектации к ней. Мы готовы Вас лично проконсультировать по схемам фонирования. Пишите нам на info@vitafon.ru или звоните на 8-800-100-19-45 (звонок по России бесплатный).

Мы постоянно работаем над качеством методик фонирования, ИК-воздействия и очень внимательно относимся к Вашим обращениям.

Для того чтобы Вы могли получить более полную **консультацию** по схеме фонирования, ИК-воздействия или дать нам наиболее полный **отзыв** о применении аппаратов серии «Витафон» желательно при обращении сообщать следующую информацию:

- наименование аппарата (Витафон, Витафон-Т, Витафон-5, Витафон-2, Витафон-ИК);
- заболевание, в отношении которого проводилось фонирование;
- возраст;
- полностью ли соблюдалась методика фонирования;
- как часто проводилось фонирование;
- как долго длился курс фонирования (недели, месяцы);
- как менялось давление (если имеется гипертония) и общее самочувствие;
- применялось ли фонирование в сочетании с другими видами лечения (лекарственная терапия, другие виды физиотерапии).

С уважением,
Сотрудники ООО «Витафон».

## СОДЕРЖАНИЕ

**МЕТОДИКИ ИК-ВОЗДЕЙСТВИЯ**.....1
Противопоказания для ИК-воздействия.....1
Лечебное действие инфракрасного излучения.....2
Бронхит.....3
Ринит (насморк).....4
Гайморит.....5
Тонзиллит (ангина).....6
Отит. Воспаление уха.....7
Цистит.....7
Лимфостаз нижних конечностей.....8
Хронический гепатит.....8
Колики.....12
**МЕТОДИКИ ФОНИРОВАНИЯ С ПРИМЕНЕНИЕМ ВИБРОФОНА «МАТРАЦ»**.....13
Пролежни. Профилактика осложнений у лежачих больных.....13
Распространенный остеохондроз.....16

# МЕТОДИКИ ИК-ВОЗДЕЙСТВИЯ
## Противопоказания для ИК-воздействия

ИК-воздействие включает в себя прогревание сухим теплом, применение которого при воспалениях допускается только после консультации с врачом. Данный вид физиотерапии **противопоказан** к применению в конкретной области **при наличии в ней гнойного воспаления** (например, в гайморовых пазухах), а также при высокой температуре выше 38,5°С.

**Общие противопоказания**:

- лейкоз и нарушения свертывающих систем крови;
- развитый церебральный атеросклероз (сосудов головного мозга);
- заболевания в стадии декомпенсации (например, декомпенсированный цирроз печени, декомпенсированная сердечная недостаточность);
- активный туберкулез легких;
- эпилепсия с частыми припадками;
- тяжелый психоз;
- болезнь Крона.

**Частные противопоказания**:

ИК-воздействие противопоказано в конкретной области, но не исключено воздействие в других областях, расположенных на расстоянии не ближе 10 см от этой конкретной области. Нельзя воздействовать:

- в области злокачественных новообразований;
- в области действия имплантированных стимуляторов;
- при беременности ближе 10 см от плода;
- в области тромба;
- в области выраженного атеросклероза;
- в области гемангиомы позвонка;
- в области шеи при заболеваниях щитовидной железы;
- в области кровотечения или подозрения на него, или при высоком риске его возникновения (например, при эндометриозе и миоме матки);
- в области аневризмы брюшной аорты;
- в области органов (мочевого пузыря, желчного пузыря, почек), где находятся камни, не способные к самостоятельному отхождению.

## Лечебное действие инфракрасного излучения

Терапевтический эффект инфракрасного излучения (ИК-излучения) связан с усилением микроциркуляции в тканях, активизацией физических и биохимических процессов в организме и уменьшением интенсивности воспалительных процессов. Конструкция ИК-излучателя позволяет получить одновременно два вида воздействия:

1. ИК-излучение со средней длиной волны 0,95 мкм. При этом мощность ИК-излучения автоматически и непрерывно меняется по заданной цикличной программе от минимальной 3 мВт до максимальной 40 мВт, благодаря чему, в области воздействия возникают микротемпературные колебания. Такое излучение проникает внутрь тканей человека примерно на 7 см и носит противовоспалительный эффект.

2. Рабочая поверхность ИК-излучателя (металлический диск) постепенно разогревается, благодаря чему создается эффект сухого тепла. Это позволяет разогреть поверхностные ткани без риска ожогов.

Инфракрасное излучение (ИК-излучатель) можно применять как в сочетании с фонированием, так и отдельно при лечении заболеваний воспалительного характера (отит, гайморит, цистит, бронхит) **по рекомендации лечащего врача**.

**ВНИМАНИЕ**! Для получения эффекта сухого тепла рекомендуется заранее прогреть **ИК-излучатели**: включить их на 3-5 минут до установки на область.

## Бронхит

**Цель**. ИК-излучение используется для прогревания бронхов, улучшения отхождения мокроты.

**Методика.** Процедуры проводят при температуре тела не выше 37.5 °С.

ИК-излучатели устанавливают симметрично на бронхи - **область С** (рис. 8 центрального вкладыша Методик фонирования со сдвоенными виброфонами). Режим и длительность устанавливают согласно схеме 1.

Процедуры повторяют **2-4 раза в сутки**. ИК-воздействие хорошо сочетается с фонированием.

Непосредственно перед процедурой желательно сделать дыхательные упражнения с наклонами туловища для очистки бронхов: плавный вход, и резких выдох. Для получения эффекта сухого тепла рекомендуется заранее прогреть ИК-излучатели: включить их на 3-5 минут до установки на область.

**Схема 1. ИК-воздействие при бронхите.**

| День | Режим | Длительность |
|---|---|---|
| 1 | 5 | 8 |
| 2-6 | 5 | 10 |
| 7-11 | 5 | 12 |
| далее | 5 | 16 |

## Ринит (насморк)

**Цель.** ИК-излучение используется для прогревания гайморовых пазух.

**Методика.** Процедуры проводят при температуре тела не выше 37.5 °С.

Непосредственно перед процедурой необходимо очистить наружные пазухи носа. Для получения эффекта сухого тепла рекомендуется заранее прогреть ИК-излучатели: включить их на 3-5 минут до установки на область.

ИК-излучатели устанавливают симметрично на гайморовы пазухи - **область G** (рис. 2 на обложке Методик фонирования со сдвоенными виброфонами). Режим и длительность устанавливают согласно схеме 2.

В целях профилактики развития фронтита (воспаления слизистых лобных пазух) рекомендуется сделать дополнительную установку ИК-излучателей согласно схеме 2 на лобные пазухи (излучатели ставят вплотную друг к другу сразу над бровями).

Процедуры повторяют **2-4 раза в сутки**. ИК-воздействие хорошо сочетается с фонированием.

**ВНИМАНИЕ!** Если у ребенка увеличены **носоглоточные миндалины** (аденоиды), то процедура ИК-воздействия не проводится.

**Схема 2. ИК-воздействие при рините.**

| День | Режим | Время |
|---|---|---|
| 1-2 | 5 | 8 |
| 3-5 | 5 | 10 |
| 6-8 | 5 | 12 |
| 9-14 | 5 | 16 |

## Гайморит

**Цель**. Предупреждение развития гайморита или восстановление локального иммунитета после перенесенной болезни (когда пазухи уже очистились), чтобы избежать рецидива.

**Методика.** ИК-воздействие проводится **только после консультации с врачом** на начальном стадии заболевания, когда нет еще гнойного содержимого в носу или, напротив, когда пазухи уже очистились.

ИК-излучатели устанавливают симметрично на гайморовы пазухи - **область G** (рис. 2 на обложке Методик фонирования со сдвоенными виброфонами). Режим и длительность устанавливают согласно схеме 3.

В целях профилактики развития фронтита (воспаления слизистых лобных пазух) рекомендуется сделать дополнительную установку ИК-излучателей согласно схеме 3 на лобные пазухи (излучатели ставят вплотную друг к другу сразу над бровями).

Процедуры повторяют **2 раза в сутки**. ИК-воздействие хорошо сочетается с фонированием.

Непосредственно перед процедурой необходимо очистить наружные пазухи носа.

**ВНИМАНИЕ!** Если у ребенка увеличены **носоглоточные миндалины** (аденоиды), то процедура ИК-воздействия не проводится.

**Схема 3. ИК-воздействие при гайморите.**

| День | Режим | Время |
|---|---|---|
| 1-2 | 5 | 8 |
| 3-4 | 5 | 10 |
| далее | 5 | 14 |

## Тонзиллит (ангина)

**Методика**. Процедуры проводят при температуре тела не выше 37.5 °С.

ИК-излучатели устанавливают симметрично на область миндалин так, чтобы максимально приблизить их к миндалинам - **область В** (рис. 11 центрального вкладыша Методик фонирования со сдвоенными виброфонами). Режим и длительность устанавливают согласно схеме 4. Процедуры повторяют **2-4 раза в сутки**. ИК-воздействие хорошо сочетается с фонированием.

Непосредственно перед процедурой миндалины желательно обработать антисептиком для слизистых оболочек (например, раствором Люголя), при этом стерильную вату наматывают на указательный палец, фиксируют на нем, смачивают антисептиком и аккуратно без усилия счищают налет с миндалин и окружающей части горла.

**Схема 4. ИК-воздействие при тонзиллите.**

| День | Режим | Время |
|---|---|---|
| 1-2 | 5 | 8 |
| 3-4 | 5 | 10 |
| далее | 5 | 16 |

### Отит. Воспаление уха

**Методика**. ИК-воздействие желательно начинать при первых симптомах заболевания. В целях профилактики при переохлаждении ИК-воздействие можно проводить без противовоспалительных средств.

Один ИК-излучатель устанавливают на область **А**, так близко к уху, чтобы ИК-излучатель закрывал козелок уха. Другой излучатель – на **А1**, сосцевидный отросток за ухом (рис. 11 центрального вкладыша Методик фонирования со сдвоенными виброфонами).Процедуру повторяют **2-3 раза в сутки**.

**Схема 5. ИК-воздействие при отите.**

| День | Режим | Время |
|---|---|---|
| 1-2 | 5 | 10 |
| далее | 5 | 12 |

### Цистит

**Методика**. Процедуры проводят при температуре тела не выше 37.5 °С.

ИК-излучатели устанавливают симметрично на проекцию **мочевого пузыря**. Оба ИК-излучателя устанавливают в нижней части живота над лобковой костью: женщины – сразу над лобковой костью, мужчины чуть выше - так, чтобы центр излучателя оказался выше лобка на 3-4 см. Процедуру повторяют **2-3 раза в сутки**.

**Схема 7. ИК-воздействие при цистите.**

| День | Режим | Время |
|---|---|---|
| 1-2 | 5 | 10 |
| 3-4 | 5 | 15 |
| далее | 5 | 20 |

## Лимфостаз нижних конечностей

**Методика.** Процедуру проводят лежа на спине, под голени подкладывают подушку. ИК-воздействие хорошо сочетается с фонированием.

Процедуру проводят 1 раз в сутки перед сном. ИК-излучатели устанавливают на **верхние паховые лимфатические узлы** (верхние ПЛУ, см. рис. 3 обложки Методик фонирования со сдвоенными виброфонами). Режим и длительность устанавливают согласно схеме 8.

После процедуры до утра рекомендуется не вставать. Во время сна голени должны быть приподняты на уровень чуть выше сердца

**Продолжительность курса**. Курс лечения – 21 день. Перерыв между курсами – 1-3 недели.

**Схема 8. ИК-воздействие при лимфостазе.**

| День | Режим | Время |
|---|---|---|
| 1-3 | 5 | 3 |
| 4-6 | 5 | 5 |
| 7-10 | 5 | 7 |
| 11-15 | 5 | 9 |
| 16-21 | 5 | 11 |

## Хронический гепатит

Ниже представлена методика сочетанного воздействия ИК-излучения и фонирования (виброакустического воздействия). Лечение хронических вирусных гепатитов проводится **по назначению врача.** Данный метод лечения рассчитан на применение аппарата без медикаментозной противовирусной терапии.

Общие и частные противопоказания к фонированию изложены также на стр. 1 «Методик фонирования с использованием сдвоенных виброфонов». Общие и частные противопоказания к ИК-воздействию изложены на стр. 1 настоящих методик.

**Дополнительные противопоказания.** Сочетанная терапия фонирования с ИК-воздействием не проводится в следующих случаях:

- если уровень активности АЛТ (аланинаминотрансферазы) превышает норму более чем в 5 раз;
- возраст менее 16 лет;
- имеется декомпенсированный цирроз печени;
- имеются тяжелые сопутствующие болезни (состояние после инсульта или инфаркта миокарда, наличие кардиостимуляторов);
- хронический алкоголизм;
- наркозависимость.

**Методика.** Основной курс проводят в соответствии со **схемой 9.** Воздействие оказывают **на области почек К, F правая**, **печени М, Е2** (рис. 6, 8, 9 центрального вкладыша Методик фонирования со сдвоенными виброфонами) **и М4 правая** (рис. 3 обложки Методик фонирования со сдвоенными виброфонами).

Воздействие на область почек К, печени М (сразу под ребрами), позвоночника Е2 оказывают сдвоенными виброфонами (только фонирование). На области F правая и М4 правая оказывают сочетанное воздействие: ИК-излучателем и сдвоенным виброфоном. При проведении процедуры преобразователи меняют местами: сначала ИК-излучатель устанавливают на F правая, а сдвоенный виброфон на М4 правая – два виброфона устанавливают рядом. Затем следующие несколько минут наоборот: ИК-излучатель устанавливают на М4 правая, а сдвоенный виброфон на F правая.

Схема сочетанного воздействия построена таким образом, что в те дни, когда воздействие оказывается на о**бласть почек К и печени М** (сразу под ребрами), процедуры проводятся **два раза в сутки.**

В те дни, когда воздействие оказывается **на области F правая и М4 правая,** процедура проводится **1 раз в сутки**, желательно в вечернее время. Время воздействия увеличивают с каждой процедурой и доводят до 25 минут (36 день схемы).

**Возможность обострения**. При увеличении времени воздействия до 13-25 мин. на области М4 правая и F правая (16-36 дни схемы) у больного на какой-то процедуре могут появиться признаки обострения: боли в правом подреберье, слабость, тошнота, ухудшение аппетита. При первых его признаках со следующей процедуры и до конца курса суммарное время воздействия на области F правая и М4 правая **уменьшают на 3-6 минут**. Воздействие на остальные области продолжают с дозировкой и периодичностью, указанной в **схеме**.

Если при увеличении времени воздействия на области F правая и М4 правая до 25 минут (достижения 36 дня) признаки обострения не появились, значит оно прошло незамеченным. Со следующей процедуры уменьшают время воздействия на области F правая и М4 правая до 19 мин. и продолжают лечение до 6 месяцев.

**Пропуски процедур.** Поскольку лечение продолжается в течение 6 месяцев, неизбежно будут пропуски по обстоятельствам. Желательно, чтобы эти пропуски приходились на дни, когда воздействие на области F правая и М4 правая не проводится, и количество таких пропусков было не более чем один в неделю в первые три месяца лечения и не более двух в неделю во второй половине курса. На следующий день после пропуска проводят процедуры пропущенного дня.

**Поддерживающий курс.** Через 6 месяцев делают анализ крови на РНК вируса гепатита методом ПЦР. Если по окончании 6-месячного курса ремиссия не наступает, то после двухнедельного перерыва переходят к усиленному курсу лечения, который врач подбирает индивидуально.

При достижении ремиссии переходят на поддерживающую терапию для профилактики рецидивов по **схеме 10**, которую продолжают 17 недель. В дальнейшем поддерживающий курс повторяют 1-2 раза в год.

**Схема 9. Фонирование при гепатите В и С с использованием ИК-излучателя. Основной курс.**

| День | Количество процедур в день | Тип преобразователя, режим, энергия, области и время воздействия в минутах | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Часть 1 | | | Часть 2 | Часть 3 |
| | | Левый виброфоны | Правый виброфоны | | **M4 правая-виброфоны/ F правая - ИК** | **M4 правая - ИК/ F правая виброфоны** |
| | | **K** | **M** | **E2** | | |
| | | Режим 2 Энергия 3 | Режим 2 Энергия 2 | | Режим 3 Энергия 2 | Режим 3 Энергия 2 |
| 1 | 2 | 5 | 3 | 2 | - | - |
| 2 | 2 | 7 | 4 | 3 | - | - |
| 3 | 1 | - | - | - | 5 | 5 |
| 4-5 | 2 | 10 | 5 | 5 | - | - |
| 6 | 1 | - | - | - | 7 | 7 |
| 7-10 | 2 | 15 | 10 | 5 | - | - |
| 11 | 1 | - | - | - | 10 | 10 |
| 12-15 | 2 | 18 | 13 | 5 | - | - |
| 16 | 1 | - | - | - | 13 | 13 |
| 17-20 | 2 | 20 | 15 | 5 | - | - |
| 21 | 1 | - | - | - | 16 | 16 |
| 22-25 | 2 | 20 | 15 | 5 | - | - |
| 26 | 1 | - | - | - | 19 | 19 |
| 27-30 | 2 | 20 | 15 | 5 | - | - |
| 31 | 1 | - | - | | 22 | 22 |
| 32-35 | 2 | 20 | 15 | 5 | - | - |
| 36 | 1 | - | - | | 25 | 25 |
| 37-39 | 2 | 20 | 15 | 5 | - | - |
| 40 | 1 | - | - | - | 22 | 22 |
| **4 дня подряд** | 2 | 20 | 15 | 5 | - | - |
| **5-й день** | 1 | - | - | - | 19 | 19 |

**Схема 10. Фонирование при гепатите В и С с использованием ИК-излучателя. Поддерживающий курс проводится 1-2 раза в год. Продолжительность курса 17 недель.**

| День | Количество процедур в день | Тип преобразователя, режим, энергия, области и время воздействия в минутах | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Часть 1 | | | Часть 2 | Часть 3 |
| | | Левый виброфоны | Правый виброфоны | | **М4 правая-виброфон/ F правая -ИК** | **М4 правая - ИК/ F правая виброфон** |
| | | **К** | **М** | **Е2** | | |
| | | Режим 2 Энергия 3 | Режим 2 Энергия 2 | | Режим 3 Энергия 2 | Режим 3 Энергия 2 |
| 1 | 2 | - | - | - | 5 | 5 |
| 2 | 2 | 15 | 10 | 5 | - | - |
| 3-4 | | Перерыв | | | | |
| 5 | 2 | 15 | 10 | 5 | - | - |
| 6-7 | | Перерыв | | | | |

## Колики

**Методика.** До проведения процедуры рекомендуется заранее прогреть ИК-излучатели: включить их на 2-3 минуты до установки на область.

ИК-излучатели устанавливают по обе стороны от пупка на расстоянии 2 см**.** Режим - 5, Длительность - 3 минуты. Процедуры проводят, когда ребенок испытывает колики**.**

## МЕТОДИКИ ФОНИРОВАНИЯ С ПРИМЕНЕНИЕМ ВИБРОФОНА «МАТРАЦ»

Общие положения о фонировании изложены в Методиках фонирования со сдвоенными виброфонами.

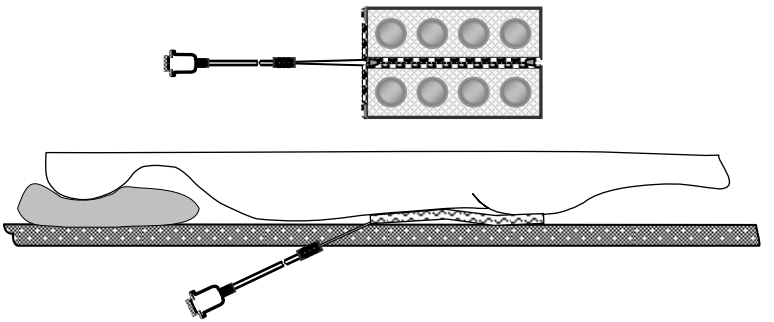
**ВНИМАНИЕ!** Перед применением необходимо ознакомиться с противопоказаниями к фонированию.

### Пролежни. Профилактика осложнений у лежачих больных

**Цель фонирования** – предупредить образования пролежней, повысить общий мышечный тонус, сниженный из-за длительного лежания. Чем раньше начата профилактика пролежней и застойных процессов у лежачих больных, тем выше результативность.

**Методика.** К аппарату Витафон-2 подключают сдвоенные виброфоны и виброфон типа «Матрац».

Виброфон типа «матрац» раскладывают в двухрядную конфигурацию (застегивают молнию) и помещают под область таза и нижнюю часть спины под простыню, так чтобы виброфоны матраца располагались вдоль спины. Самые верхние виброфоны должны оказаться над областью К, самые нижние – над областью крестца и ягодиц.



Сдвоенные виброфоны располагают в области, где намечается образование пролежней (например, локти, пятки).

**Режим программирования.** Процедуры можно проводить как в ручном режиме программирования, так и в автоматическом.

**Ручной ввод**. В ручном режиме аппарат будет работать в течение заданной на аппарате длительности. В этом случае процедуры рекомендуется проводить **3-5 раз в сутки** в соответствии со **схемой 11**. Время воздействия на области постепенно увеличивается.

**Схема 11. Фонирование при пролежнях со стороны спины с использованием виброфона типа «Матрац». Ручной ввод.**

| День | Режим | Энергия виброфонов, области и длительность в часах | |
|---|---|---|---|
| | | Левый-сдвоенный виброфон | Правый-виброфон «Матрац» |
| | | Энергия 2 | Энергия 4 |
| | | **Область пролежней*** | **Область почек и крестца** |
| 1-2 | Режим 1 | 10 | 10 |
| 3-4 | Режим 2 | 15 | 15 |
| 5-6 | Режим 2 | 20 | 20 |
| 7-8 | Режим 2 | 25 | 25 |
| далее | Режим 2 | 30 | 30 |

*Виброфоны от процедуры к процедуре при необходимости переставляются на разные области образования пролежней.

**Автоматический режим** позволяет включить аппарат на несколько часов и не следить за временем. Аппарат автоматически включает и выключает воздействие с заданной периодичностью до тех пор, пока не будет произведено прерывание процедуры кнопкой СБРОС или отключение аппарата от сети.

Во всех автоматических режимах аппарат включается на 3 минуты. Меняется только продолжительность паузы (см. Таблица 1).

**Таблица 1. Продолжительность паузы в зависимости от режима.**

| Режим | Длительность работы (минуты) | Пауза (минуты) | Период включения |
|---|---|---|---|
| АВТО 1 | 3 | 3 | 1 раз в 6 мин |
| АВТО 2 | 3 | 6 | 1 раз в 9 мин |
| АВТО 3 | 3 | 9 | 1 раз в 12 мин |
| АВТО 5 | 3 | 15 | 1 раз в 18 мин |
| АВТО 8 | 3 | 24 | 1 раз в 27 мин |
| АВТО 12 | 3 | 36 | 1 раз в 39 мин |

Исходя из режима ухода за больным, а также тяжести состояния больного выбирается наиболее подходящий автоматический режим и продолжительность.

Зависимость суммарной дозы воздействия (фонирования) от выбранного режима и продолжительности процедуры приведена в **таблице 2**.

**Таблица 2. Суммарная доза фонирования.**

| РЕЖИМ | Суммарная доза фонирования в минутах при продолжительности процедуры | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | 1 ЧАС | 2 ЧАСА | 4 ЧАСА | 6 ЧАСОВ | 12 ЧАСОВ |
| АВТО1 | 30 | 60 | 120 | 180 | 360 |
| АВТО2 | 21 | 42 | 81 | 120 | 240 |
| АВТО3 | 15 | 30 | 60 | 90 | 180 |
| АВТО5 | 12 | 21 | 42 | 60 | 120 |
| АВТО8 | 9 | 16 | 27 | 42 | 81 |
| АВТО12 | 6 | 12 | 21 | 30 | 57 |

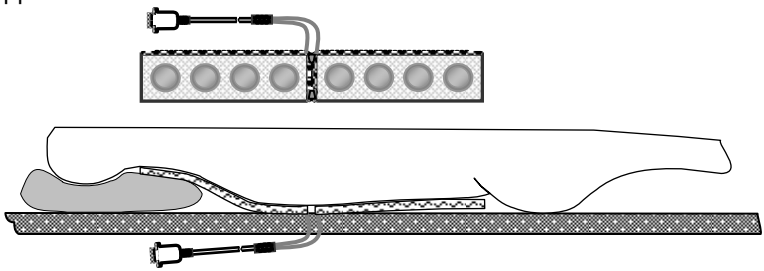
**ВНИМАНИЕ!** Первые два дня рекомендуется выбирать такой режим и такое количество часов, чтобы суммарное время воздействие за сутки не превышало 30 минут. Подходящие сочетания режима и продолжительности (за сутки) отмечены темно-серым цветом в Таблице 2.

В последующие дни можно постепенно увеличивать суммарное время воздействие за сутки. Подходящие сочетания режима и продолжительности (за сутки) отмечено светло-серым цветом в Таблице 2.

**Продолжительность курса**. Фонирование проводят до выздоровления, или пока продолжаются улучшения. Далее профилактически 1-2 раза день, 5 -7 дней в неделю.

### Распространенный остеохондроз

**Методика.** К аппарату Витафон-2 подключаются 1 сдвоенный виброфон и один виброфон типа «Матрац». При лечении распространенного остеохондроза виброфон типа «матрац» разворачивают в один ряд и укладывают вдоль позвоночника, при этом верхний край матраца должен находиться посредине шеи.



Фонирование проводят по **схеме 12**. В четные дни воздействие на позвоночник не оказывают. Воздействие на область почек К оказывают ежедневно. Процедуры повторяют **2 раза в сутки.**

**Продолжительность курса.** Курс длится 90 дней. По окончании курса делают перерыв на 1-3 месяца. Затем курс повторят с 15 по 90 дней.

**Схема 12. Фонирование при распространенном остеохондрозе с использование виброфона «Матрац».**

| День | Режим | Энергия виброфонов, области и время фонирования в минутах<br>Левый – сдвоенный виброфон<br>Правый – виброфон «Матрац»* | |
|---|---|---|---|
| | | Левый<br>Энергия 3 | Правый<br>Энергия 3 |
| | | **К** | **Позвоночник** |
| 1 | 1 | 5 | 5 |
| 2 | 1 | 7 | |
| 3 | 2 | 7 | 7 |
| 4 | 2 | 10 | |
| 5 | 2 | 10 | 10 |
| 6 | 2 | 13 | |
| 7 | 2 | 13 | 13 |
| 8 | 2 | 15 | |
| 9 | 2 | 17 | 17 |
| 10 | 2 | 19 | |
| 11 | 2 | 20 | 20 |
| 12 | 4 или 6 | 25 | |
| 13 | 4 или 6 | 27 | 27 |
| 14 | 4 или 6 | 30 | |
| 15-90 | 4 или 6 | 30 | 30 |

***Ресурсный подход к здоровью – ключ к улучшению качества жизни, доступный каждому***


**ОБРАТНАЯ СВЯЗЬ**

**Адрес электронной почты:**
info@vitafon.ru

**Телефоны для справок:**
8 (800) 100-19-45 (звонок по России бесплатный)

**Мессенджер:**
MAX и другие мессенджеры 8 (931) 107-20-12

**Сайты в интернете:**
www.vitafon.ru
www.vitafon-market.ru

**Адрес предприятия-изготовителя:**
198097, Россия, Санкт-Петербург,
Огородный пер., д. 23, лит. А

**Адрес для почтовых отправлений (ремонт):**
198096, Россия, г. Санкт-Петербург, а/я 28,
ООО «Витафон»


**МЕТОДИКИ В ЭЛЕКТРОННОМ ВИДЕ:**