

АППАРАТ ВИЗУАЛЬНОЙ ЦВЕТОИМПУЛЬСНОЙ ТЕРАПИИ

# SELFDOCS VIZION

СЭЛФДОКС ВИЖН



МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ  
ПО ИСПОЛЬЗОВАНИЮ АППАРАТА



Лечит  
заболевания  
глазного аппарата



Устраняет  
усталость и  
напряжение глаз



Нормализует  
психоэмоциональное  
состояние

## НАРУШЕНИЯ ЗРЕНИЯ



# Основные причины снижения остроты зрения и рекомендации по профилактике



### Чтение

- Ни в коем случае не читайте лежа!
- При чтении расстояние от глаз до книги должно быть не менее 30 см.
- Свет должен падать на страницы сверху и слева.



### Телевизор

- Минимальное расстояние до телевизора должно составлять два метра, оптимальное от трех метров.
- Резкий перепад между ярким телевизионным экраном и темной комнатой может спровоцировать спазм глазных мышц — поэтому смотреть телевизор в темное время суток рекомендуется при неярком освещении.
- Негативное влияние на зрение оказывают блики от внешних источников света на экране телевизора. Усталость глаз вызывается также нечетким, размытым изображением на экране.



### Компьютер

Жидкокристаллические экраны, используемые в большинстве современных устройств, не оказывают прямого вреда на зрительные функции.

Длительная работа за компьютером требует большого зрительного напряжения, при этом глазные и внутриглазные мышцы остаются неподвижными, в то время как они нуждаются в динамическом режиме работы. Следствием этого становится зрительное утомление, способствующее возникновению близорукости, головной боли, раздражительности, нервного напряжения и стресса.

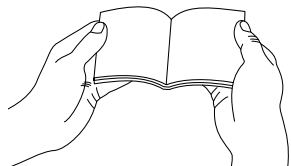
- Оптимальный режим работы за компьютером составляет не более 3 часов в день.
- При работе следовать правилу 20-20-20. Его суть заключается в том, чтобы каждые 20 минут делать перерыв на 20 секунд.



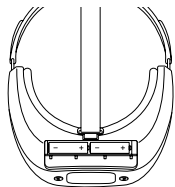
### Смартфон

- Доказано, что люди всех возрастов моргают намного реже, когда концентрируются на экране телефона, что вызывает сухость глаз. В свою очередь, чистая и стабильная слезная пленка на поверхности глаза необходима для четкого зрения.
- Самое главное — это держать смартфон на расстоянии 30 см от глаз.
- Правильно отрегулировать яркость экрана.
- Не пользоваться телефоном в темноте.

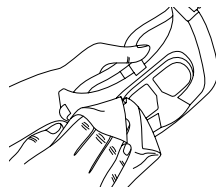
## КРАТКОЕ РУКОВОДСТВО



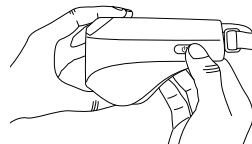
- 1 Ознакомьтесь с руководством по эксплуатации




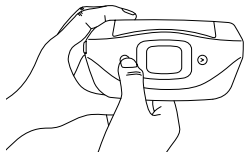
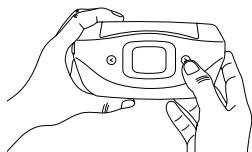
- 2 Вставьте элементы питания





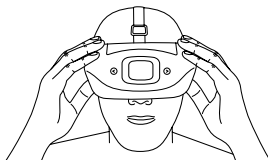
- 3 Проведите обработку светодиодных панелей и корпуса аппарата чистой мягкой безворсовой тканью




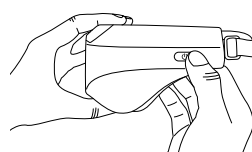
- 4 Включите аппарат нажав кнопку 




- 5 Выберите необходимую программу нажатием кнопок  и 



- 6 Запустите выбранную программу двумя последовательными краткими нажатиями на кнопку 



- 9 Выключите аппарат длинным нажатием на кнопку 

Программа запустится через 10 секунд

## ЛЕЧЕНИЕ И ПРОФИЛАКТИКА НАРУШЕНИЙ ЗРЕНИЯ



Каждый третий человек на земле живёт с той или иной формой нарушения зрения. Некоторые заболевания успешно поддаются коррекции, но некоторые необратимы. И главной задачей всех физиотерапевтических методик является остановка дальнейшего прогрессирования заболеваний.

Аппарат SELFDOCS VIZION действует на основе импульсов электромагнитного излучения в диапазоне видимого света (450нм-635нм).

Программы, предназначенные для профилактики и лечения заболеваний глаз, а также устранения зрительного напряжения и дискомфорта, составлены с учётом эффекта зрительного восприятия, называемого бинокулярным соперничеством.

Проведение сеансов цветоимпульсной терапии аппаратом SELFDOCS VIZION имеет относительно мало противопоказаний. Метод неинвазивен абсолютно и безопасен.



# 17 лечебных программ

Аппарат SELFDOCS VIZION имеет 17 автоматизированных программ, которые применяются в комплексном лечении и профилактике офтальмологических проблем, а также коррекции психоэмоционального состояния.

## МЕТОДИКИ ПРИМЕНЕНИЯ:

Программы № 1-9 обеспечивают терапевтический эффект непосредственно на глаза, благодаря курсовому воздействию происходит:

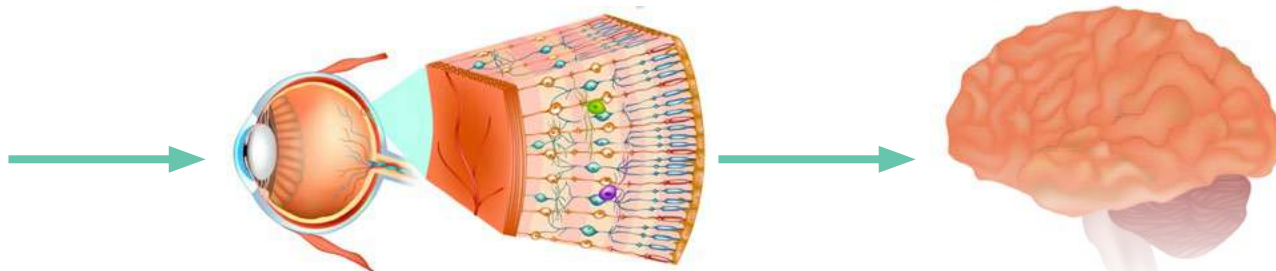
- Усиление кровообращения в глазах.
- Повышение питания тканей глаза.
- Снятие спазма глазных мышц (аккомодации).
- Снятие боли и напряжения.
- Выработка глазной жидкости.
- Укрепление глазных мышц.
- Снижение внутриглазного давления.
- Предотвращение атрофии зрительного нерва.



№	Заболевание	Количество процедур в день	Длительность курса, дней	Количество курсов в год
1	Близорукость (миопия) профилактика	2	6 - 8	4 - 6
1	Близорукость (миопия) лечение	2 - 3	10 - 12	4 - 6
2	Дистрофия сетчатки	2	12	4 - 6
3	Астигматизм	2	10 - 12	4 - 6
4	Глаукома	2	10 - 12	4 - 6
5	Катаракта	2	10 - 12	4 - 6
6	Атрофия зрительного нерва	2	10 - 12	4 - 6
7	Спазм аккомодации	1	10	Не ограничено
8	Астенопия (зрительная усталость)	1*	8	Не ограничено
9	Профилактика	1	10	Не ограничено

## КОРРЕКЦИЯ ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ

Наши глаза — это зрительный анализатор, внутри которого, на сетчатке, расположены светочувствительные клетки — палочки и колбочки. Палочки отвечают за чёрно-белое восприятие, а колбочки — за цветное. Информация о цвете передаётся в подкорковые зоны мозга, где поэтапно считывается, вызывая ответную рефлекторную реакцию организма — запускаются химические реакции, вырабатываются нейрогормоны.



Через зрительный анализатор в соответствии со специально разработанными программами, определяющими цветность, яркость, ритм и форму световых импульсов, удаётся во многих случаях добиться нормализации биоритмов и ликвидировать или существенно уменьшить различные болезненные состояния, сопряженные с нарушением биоритмов.

Аппарат SELFDOCS VIZION действует уникальными сочетаниями цветовых импульсов основных цветов видимого глазу спектра.

Доказано, что определённые цвета действуют на центральную нервную систему специфически :



Тёплые оттенки — оранжевый, красный и жёлтый усиливают работу центральной нервной системы пациента. Повышается работоспособность, стимулируется двигательная активность.



Более холодные цвета — фиолетовый, голубой, синий и зелёный помогают успокоиться, привести своё психическое состояние в норму.

## МЕТОДИКИ ПРИМЕНЕНИЯ:

Программы № 10–17 обеспечивают терапевтический эффект, воздействуя на глазной анализатор, способствуя:

- Снижению уровня тревожности.
- Устранению симптомов стресса и депрессии.
- Расслаблению при эмоциональных перегрузках.
- Появлению чувства комфорта, уверенности в своих силах. Повышению работоспособности.
- Нормализации режимов сна и бодрствования.
- Регулировке циркадных ритмов.
- Купированию приступов головной боли.
- Улучшению течения внутренних патологических процессов, связанных с психоэмоциональными нарушениями.

**\* Процедуры проводятся ситуационно, при острой необходимости возможно применение каждые 2 часа.**

**В течение года курсы желательно проводить через равные промежутки времени, если не указано иное.**

**Минимальный перерыв между курсами — 10 дней.**

№	Заболевание	Количество процедур в день	Длительность курса, дней	Количество курсов в год
10	Релаксация	1	12	Не ограничено
11	Сон	1	10-12	3 курса с перерывами 10 дней
12	Эмоциональная напряжённость	1*	10	Не ограничено
13	Перевозбудимость	1*	10	Не ограничено
14	Головная боль	1*	8	Не ограничено
15	Психосоматические расстройства	2	10-12	2-3 курса с перерывами 10 дней
16	Антидепрессивная	2	14-16	2-3 курса с перерывами 10 дней
17	Невротические симптомы	2	16-20	Повтор курса через 10 дней при необходимости

## ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ИСПОЛЬЗОВАНИЮ АППАРАТА SELFDOCS VIZION

1. Лучшее время для сеансов: утром после пробуждения, перед едой, перед отходом ко сну. Эффективнее всего проводить сеансы в одно и то же время каждый день. Не следует проводить сеансы на полный желудок, а также сразу после интенсивных физических нагрузок.
2. Для проведения сеанса следует выбрать спокойное, удобное, тихое место. Для заглушения посторонних шумов можно использовать тихую спокойную расслабляющую музыку или «белый шум» (например, включить вентилятор). Также важна комфортная температура и отсутствие яркого света. Для проведения сеанса нужно принять удобную расслабленную позу — сидя или лёжа. В положении лёжа для лучшего расслабления мышц шеи желательно не использовать подушку.
3. В случае ношения контактных линз рекомендуется снять их на время сеанса.
4. При одновременном наличии двух заболеваний зрения, например катаракта и глаукома, проводится полный курс лечения на одно заболевание, потом на другое.
5. При одновременном наличии заболеваний зрения и для коррекции психоэмоционального состояния следует проводить процедуры по лечению заболевания зрения утром и ближе к вечеру, психоэмоционального состояния — вечером после перерыва.



Натуральный комплекс для повышения эффективности и закрепления результатов физиотерапии  
**BIONORMULA VISION (БИОНОРМУЛА ВИЖН)**

- Предотвращает перенапряжение глаз
- Содержит уникальный полисахарид из гриба Сморчок
- Удобный приём по 1 капсуле в день
- Профилактика возрастных изменений

Серия биоактивных комплексов  
**BIONORMULA**



**Prodex**  
HEALTH CARE SOLUTIONS

8 (800) 777-16-01  
[www.prodex.ru](http://www.prodex.ru)

