

Дихателна гимнастика

- представлява комплекс от дихателни упражнения, които предотвратяват и лекуват дихателната недостатъчност, подпомагайки организма да използва ефективно всички анатомо- функционални механизми, които се противопоставят на появата ѝ

Релаксиращи пози

- намаляват мускулното напрежение на гръдния кош и кислородната консумация

Дихателно преобучение

- Целта е корекция на дихателния асинхрон. Бавно носово вдишване с отпускане на коремната стена, следва бавно издишване и максимално прибиране на корема навътре.

Абдомино- диафрагмална гимнастика

- насочена към засилване на дихателните мускули, към тяхната възможност за промяна в честотата и дълбочината на дишане, т.е към двойката антагонисти- диафрагма- коремна стена

Постурален дренаж

- Пациента лежи в определена поза, която зависи от формата и строежа на белия дроб, с цел да се даде възможност силата на тежестта да подпомогне дренажа на секретцията в посока към устата.

Селективна ребрена гимнастика

- това са локализирани дихателни упражнения с голяма амплитуда, имащи за цел да раздвижат определени дялове на гръдната клетка.

Пасивна корекция

- състои се от леки, безболезнени мануални тракции и компресии, синхронизирани с дихателните движения, с цел да запазят хрущялно- ребрената ставна подвижност и подвижността на гръбначния стълб.

Статични дренажни упражнения

- това са дренажни положения, които се заемат преди дихателните упражнения- чрез вибрации или почуквания и компресивни действия се облекчава евакуацията на секрета, съдържащ се в бронхите. Тъй като секретът предизвиква кашличен рефлекс, болните се обучават и как да кашлят.

Динамични дренажни упражнения

- дихателни упражнения, при които с подходящ избор на изходни упражнения се облекчава изхвърлянето на секрета. Важно място се отделя на дълбокото диафрагмално дишане.

Класически лечебен масаж

- използват се четири основни масажни похвата- разтриване, омачкване, вибрация и почукване. Те предизвиква хиперемия, повишават се възбудните процеси в нервната система, подобрява се съкратителната способност на мускулите и тяхната еластичност, повишава се общия тонус на организма

Рефлекторен лечебен масаж/ Сайонджи, Су-Джок/

Заболяването се приема не като местна проява, като заболяване на организма като цяло. Всяко първично патологично огнище на вътрешните органи, предизвиква изменения по нервнорефлексорен път. Целта на рефлекторен лечебен масаж е да повлияе рефлекторните изменения в телесната повърхност/кожа, подкожно съединителна тъкан, мускулатура, съдове, периферията, посредством специални похвати.

Акупресура

- най-често прилагания точков масаж. Състои се в дразнене на биологично активни точки с намалено омово съпротивление. Води до обезболяване, релаксиране, успокояване, а при нужда и до възбуждане.

Вендузен масаж

- лечебният ефект на физиотерапевтичната процедура “вендузи” се осъществява благодарение на вакуума, предизвикващ прилив на кръв и лимфа на кожата и дълбоко разположените тъкани, което оказва рефлекторно въздействие на вътрешните органи, както и образуването на биологично активни вещества;

Криотерапия

- един от най-старите методи за лечение в медицината и козметиката. Съдът действа върху нервните окончания и рефлекторно върху вегетативните нервни структури, води до промяна на биохимичните процеси на дълбоко лежащите тъкани.