

Владимир Васичкин

# ЦЕЛИТЕЛЬНЫЕ ТОЧКИ

АКУПРЕССУРА  
И ТОЧЕЧНЫЙ МАССАЖ

Москва  
Издательство АСТ

УДК 615.8  
ББК 53.584  
В 19

**Васичкин, Владимир Иванович.**

В 19 Целительные точки. Акупрессура и точечный массаж / В. И. Васичкин — Москва : Издательство АСТ, 2025. — 48 с., ил. (Азбука здоровья. Практикум).

ISBN 978-5-17-177731-9

Владимир Иванович Васичкин – признанный эксперт в области массажа и рефлексотерапии. Профессор, создатель уникальных лечебных методик, автор более десятка научно-популярных книг по медицине: «Массаж. Большая иллюстрированная энциклопедия», «Большой справочник по массажу», «Всё про массаж», «Целительные точки. Иллюстрированный атлас».

Воздействие на точки организует энергетический баланс, стимулирует или успокаивает вегетативную нервную систему, усиливает кровоснабжение, регулирует трофику тканей, деятельность желез внутренней секреции, уменьшает болезненность, снижает нервное и мышечное напряжение.

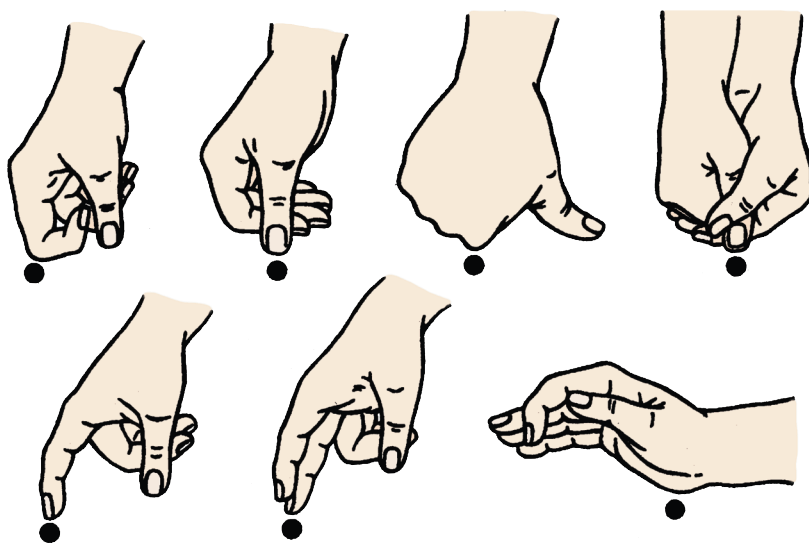
УДК 615.8  
ББК 53.584

## Введение

**Т**очечный массаж зародился в глубокой древности. В процессе познания человека древние медики, наблюдая функционирование человеческого организма, отметили определенные взаимосвязи между явлениями природы, их обусловленностью и человеком.

Древние врачи предположили, что организм человека живет и действует под влиянием тех же сил, которые господствуют в природе. Человеческий организм рассматривался не как нечто замкнутое в себе и обособленное от окружа-

ющего мира, а как сложная система, тесно связанная со всеми явлениями природы. Считалось, что при каждом заболевании в болезненный процесс неизбежно вовлекается весь организм и что при изменении функции и деятельности одного органа обязательно изменяются функции всех других органов и систем. Болезнь рассматривалась как процесс, возникающий в результате нарушения нормальных взаимоотношений, взаимосвязей как в целом организме, так и между ним и окружающей средой. Таким образом, болезнь — это



*Положение пальцев  
при выполнении точечного массажа*

результат борьбы организма с болезнетворными факторами. Они могут быть как внешними (климат, инфекции, травмы), так и внутренними (пища, вода, эмоции). Задача врача — помочь организму в этой борьбе. Постепенно были сформулированы и выработаны, больше эмпирическим путем, основные методы и средства такой помощи.

Были обнаружены локальные области, точки. Они были описаны и систематизированы в определенные линии, каналы, меридианы, или зоны проекции отдельных внутренних органов. Была выявлена их функциональная взаимосвязь с органами и системами организма. На точки воздействовали острым камнем, иглой, полынной сигаретой и др., производили пальцевое надавливание (прессацию, шиацу, до-ин), в дальнейшем применяли различного вида палочки, приборы и приспособления из различных материалов — эбонита, фторопласта, металла (сталь, медь, золото, серебро, титан).

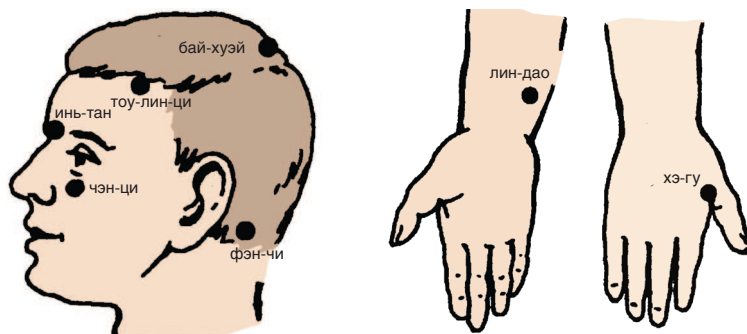
В основу точечного массажа положен тот же принцип, что и при проведении иглоукалывания, прижигания (чжэнь-цзю-терапия), — с той лишь разницей, что на биологически активные точки (БАТ) воздействуют пальцем или кистью. Всего таких точек описано около 700, но наиболее часто используют всего около 150.

В основе механизма лечебного эффекта от воздействия на БАТ лежат сложные рефлекторные физиологические процессы. Раздражители внешней и внутренней среды могут нарушить относительное «внутреннее» равновесие, которое может быть восстановлено путем воздействия на ключевые пункты рефлекторной дуги.

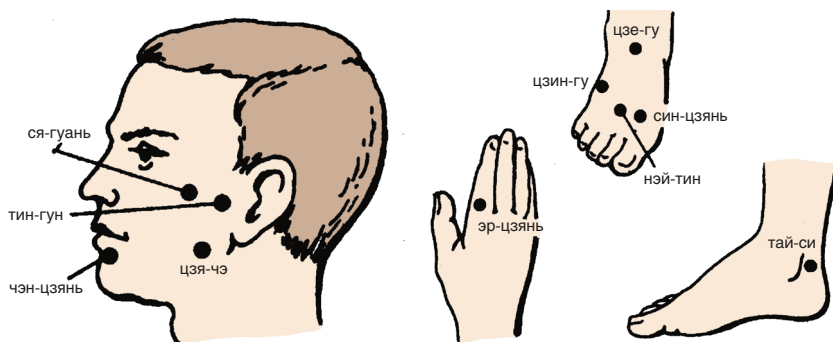
Представить себе весь сложный путь, по которому идет сигнал к месту назначения через многочисленные пункты переключения нервных связей, очень сложно.

Точечный массаж вызывает ответную реакцию на расстоянии, в зоне, не имеющей тесной анатомической связи с зоной раздражения. При углубленном изучении БАТ, проводимом как в нашей стране, так и за рубежом, было установлено, что воздействие на точку организует энергетический баланс, стимулирует или успокаивает (что зависит от способа, техники воздействия) вегетативную нервную систему, усиливает кровоснабжение, регулирует трофику тканей, деятельность желез внутренней секреции, уменьшает болезненность, снижает нервное и мышечное напряжение.

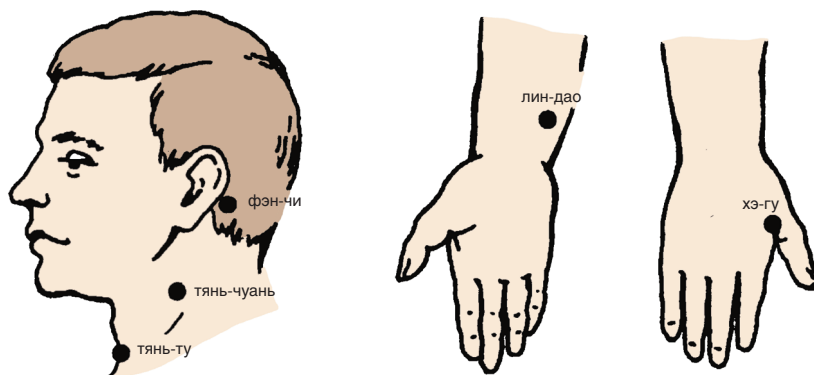
Многочисленными клинико-физиологическими исследованиями, проведенными в нашей стране, было установлено, что описанные



Точки воздействия при носовом кровотечении



Точки воздействия при зубной боли различной локализации



Точки воздействия при укачивании в транспорте