



Подробнее о методе  
ТЭС-терапии

## Оглавление

|  |    |
|--|----|
| ТЭС-терапия.....   | 5  |
| Принцип лечебного воздействия.....   | 5  |
| Активация защитных систем организма.....                                   | 6  |
| Авторы метода.....   | 8  |
| «ДокторТЭС-03».....  | 9  |
| Применение метода и аппарата «ДОКТОР ТЭС-03».....                          | 10 |
| Жалобы, симптомы и состояния при недостатке эндорфинов в<br>организме..... | 10 |
| Эффекты от ТЭС-терапии.....  | 12 |
| Применение ТЭС-терапии в домашних условиях.....                            | 13 |
| Состояние больных во время и после курса лечения.....                      | 13 |
| Особенности применения ТЭС-терапии у детей.....                            | 14 |
| Особенности применения ТЭС-терапии у пожилых людей.....                    | 15 |
| Сочетание ТЭС с другими методами лечения.....                              | 15 |
| Дополнительные рекомендации.....   | 17 |
| Рекомендации по питанию.....   | 17 |

## ТЭС-терапия

ТЭС-терапия – это неинвазивный (без проникновения внутрь организма) метод лечения посредством транскраниальной (лат. trans – через; cranium – череп) электростимуляции. Является физиотерапевтическим методом лечения.

### Принцип лечебного воздействия

Давно известен и ни у кого не вызывает сомнений тот факт, что большинством физиологических процессов, обеспечивающих нормальную жизнедеятельность нашего организма, управляет головной мозг. Это самый настоящий командный центр. Он отвечает за наше мышление, эмоции, поведение и работу всех органов и систем организма.

Передача команд, поступающих из головного мозга к органам и системам нашего организма, происходит с помощью химических веществ – нейрогормонов. В головном мозге, в зависимости от необходимости того или иного результата, вырабатываются различные виды нейрогормонов. Одними из наиболее значимых из них по праву являются **эндорфины**.

Было установлено, что при прямой электростимуляции гипоталамо-гипофизарной области головного мозга можно получить высокоэффективное обезболивание. В 70-х годах XX столетия при изучении механизмов этого обезболивания учеными были открыты особые вещества, механизм действия которых подобен действию опиатов, например, морфину. Эти вещества получили название – эндорфины или «внутренние морфины». При последующем изучении роли эндорфинов в организме выяснилось, в частности, что их обезболивающее действие во много раз сильнее всех известных анальгетиков.

В настоящее время установлено, что эндорфины, помимо обезболивания, оказывают и другое положительное влияние на организм, в том числе – мощное противодействие стрессу, нормализация иммунитета, ускорение заживления поврежденных тканей, а также повышение качества жизни в целом. Эндорфины даже назвали «гормонами радости», так как они в небольшом количестве вырабатываются у человека, когда он испытывает положительные эмоции. Если эндорфинов в организме достаточно, человек в состоянии переносить самые тяжелые стрессы и нагрузки, сопротивляться болезням, быстро выздоравливать.

К сожалению, у большинства из нас из-за нарушения экологической обстановки, постоянных стрессов, экстремальных физических и психических нагрузок, часто переносимых инфекционных заболеваний, различных токсических воздействий, которым подвергается наш организм, секреция эндорфинов угнетается. В результате чего возникает острый недостаток их выработки и количество эндорфинов в организме снижается. При этом нарушается нормальная работа организма как саморегулирующейся системы, возникают острые и хронические заболевания, различные болевые синдромы, замедляется заживление поврежденных тканей, ослабляется иммунитет, появляются различные психосоматические расстройства, сопровождающиеся нарушениями сна, частыми перепадами настроения, снижением работоспособности, а также ухудшением качества жизни в целом.

### Активация защитных систем организма

На сегодняшний день единственным научно-обоснованным и признанным способом гарантированного повышения уровня эндорфинов в организме является метод транскраниальной электростимуляции (ТЭС-терапии), который и реализуется аппаратом «ДОКТОР ТЭС-03». Воздействуя на головной мозг

особыми импульсными токами малой мощности, этот аппарат избирательно активизирует структуры мозга, вырабатывающие эндорфины.

Метод лечения, реализуемый аппаратом ТЭС-терапии, был разработан коллективом ученых Института физиологии им. И.П. Павлова Российской Академии Наук, г. Санкт-Петербург. В основе этого метода лежит зарегистрированное научное открытие (приоритет от 1996 г.), удостоенное медали имени академика П.Л. Капицы. В 2004 и 2012 гг. группе создателей метода ТЭС-терапии во главе с доктором медицинских наук, профессором В.П. Лебедевым присуждены премии Правительства РФ в области науки и техники. На Форуме «Российский промышленник-2008» аппарат и метод удостоены Гран-при «За лучший инновационный проект в области здравоохранения». В 2009 году аппарат получил Гран-при 2-го Международного съезда изобретателей «За изобретение, дающее наибольший импульс развитию» (г. Бангкок, Таиланд).

Аппарат способен существенно повысить способность организма к выработке эндорфинов. При этом эффект даже от одной получасовой процедуры длится от 12 часов до нескольких суток.

Этот метод абсолютно безопасен для человека, так как речь идет не о введении каких-то лекарств или стимуляторов, а о тренировке и повышении мощности защитной системы организма. Это обеспечивает более активную выработку эндорфинов естественным путем в нужный момент.

ТЭС-терапия не вызывает привыкания или зависимости, потому что выработанные эндорфины сразу используются организмом в необходимом направлении и количестве, а его неиспользованная часть или избыток распадается до аминокислот через несколько минут.

## Авторы метода



### Валерий Павлович Лебедев

д.м.н., профессор, академик РАЕН,  
лауреат Государственной премии СССР,  
дважды лауреат премии Правительства РФ,  
заслуженный деятель науки РФ.  
Автор более 400 научных работ  
и 15 изобретений.  
Научный руководитель ООО ЦЕНТР ТЭС.



### Александр Вячеславович Малугин

к.т.н., дважды лауреат премии  
Правительства РФ.  
Автор 80 научных работ  
и 20 изобретений.  
Генеральный директор ООО ЦЕНТР ТЭС.

## «Доктор ТЭС-03»

«Доктор ТЭС-03» – современный медицинский аппарат для профилактики и лечения различных заболеваний в комфортных, в том числе, домашних условиях. Аппарат разработан на базе исследований Института физиологии им. И.П. Павлова РАН с использованием правил доказательной медицины. Он стал продолжением модельного ряда профессиональных аппаратов «ТРАНСАИР», успешно используемых уже на протяжении 30 лет медицинскими учреждениями многих стран и удостоенных множества российских и зарубежных наград.

Использовать «Доктор ТЭС-03» крайне просто, удобно и безопасно, так как он специально создан для того, чтобы пациенты могли самостоятельно применять его, не посещая лечебные учреждения и не привлекая специалистов.

## Применение метода и аппарата «ДОКТОР ТЭС-03»

Жалобы, симптомы и состояния при недостатке эндорфинов в организме:

- постоянная боль, интенсивность которой превышает объяснимые границы;
- частые головные боли, хроническая мигрень;
- мигрирующие хронические боли, связанные с позвоночником и суставами;
- медленное заживление даже небольших ран и ссадин;
- зрительная усталость при работе с компьютером;
- бессонница, или, наоборот, чрезмерная сонливость;
- необъяснимая слабость, быстрая утомляемость;
- неспособность сосредоточиться, четко мыслить, принимать решения;
- пониженное, тоскливое настроение, слезливость, тревожность, беспричинный страх;
- нетерпимость, раздражительность;
- частые перепады артериального давления, метеочувствительность;
- нарушение менструального цикла, предменструальный синдром;
- климактерические расстройства;

- вяло прогрессирующая сенсоневральная тугоухость;
- нарушения работы кишечника, не связанные с инфекцией или очевидным нарушением питания;
- частые всесезонные простудные заболевания или обострения хронических заболеваний носоглотки;
- синдром «дефицита внимания» с гиперактивностью у детей, школьно-дошкольная дезадаптация;
- игромания, токсикомания, алкоголизм и опиийная наркомания.

## Эффекты от проведения ТЭС-терапии

- устранение стресса, депрессии и их последствий;
- улучшение самочувствия и общего состояния, нормализация сна, повышение работоспособности;
- ликвидация или снижение интенсивности болевых синдромов;
- быстрое заживление ран и язв;
- повышение иммунитета и сопротивляемости организма;
- ускорение процессов выздоровления после различных заболеваний;
- нормализация и стабилизация кровяного давления при гипертензии, гипотензии и вегетососудистой дистонии;
- снижение патологического влечения к табаку и алкоголю;
- нормализация работы желудочно-кишечного тракта;
- повышение качества жизни в целом.

## Применение ТЭС-терапии в домашних условиях

### Состояние больных во время и после курса лечения

При соблюдении настоящей инструкции процедура ТЭС-терапии хорошо переносится и не вызывает побочных эффектов и осложнений. Применение ТЭС-терапии не вызывает привыкания или зависимости. На фоне проводимой терапии у большинства больных уже после первых процедур отмечается улучшение самочувствия, настроения, нормализация сна, уменьшение или полное исчезновение болевых ощущений, ускорение процессов заживления поврежденных тканей.

В тех, сравнительно редких случаях, когда не удается достичь хорошего лечебного эффекта от проведенного курса процедур, ТЭС-терапию следует прекратить, проконсультироваться с врачом и провести дополнительное обследование с целью уточнения диагноза. Если отмечается ухудшение самочувствия, совпадающее по времени с процедурами ТЭС-терапии, также следует прекратить процедуры, проконсультироваться с врачом, уточнить диагноз и рекомендуемое лечение.

У некоторых пациентов (5%) с артериальной гипертензией или вегетососудистой дистонией любого типа после сеанса ТЭС-терапии возможна незначительная головная боль, которая после 10–15 минутного отдыха самостоятельно проходит. У части пациентов может наблюдаться небольшое и непродолжительное покраснение кожи в местах наложения электродов. В местах покраснения следует помассировать кожу или смазать косметическим увлажняющим кремом.

Установлено, что при различных хронических заболеваниях клинические эффекты ТЭС-терапии могут проявиться через некоторое время (дни–недели) после окончания курса. Также установлено, что при некоторых заболеваниях, например, при сенсоневральной тугоухости значительной степени, клинический эффект проявляется только после повторного курса ТЭС-терапии, проведенного через 3–4 месяца после окончания первого курса.

### Особенности применения ТЭС-терапии у детей

ТЭС-терапия допустима к применению у детей, начиная с 5-летнего возраста. Это лечение может применяться как при заболеваниях, характерных для детского возраста (см. «Показания и методики применения» в «Руководстве по эксплуатации»), так и при любых «взрослых» заболеваниях, встречающихся у детей.

При использовании ТЭС-терапии для лечения детей следует соблюдать следующие правила и особенности применения. Рекомендуемый курс лечения – короче, чем у взрослых, он не должен превышать 5–7 процедур, проводимых ежедневно или через день. При положительной динамике лечения курс можно повторить через 2–3 месяца. Каждая процедура должна продолжаться не более 15–20 минут (процедура останавливается вручную уменьшением силы тока до нуля соответствующей кнопкой (3, рис. 1), см. «Руководство по эксплуатации»). Сила тока не должна превышать 0,75–1 мА, даже при отсутствии субъективных ощущений под электродами (вибрация, легкое покалывание и т.п.). ТЭС-терапия дает хороший результат при лечении детей, которые подвержены частым и длительным простудным заболеваниям. Рекомендуется параллельно проводить ТЭС-терапию у родителей.

### Особенности применения ТЭС-терапии у пожилых людей

Применение ТЭС-терапии не имеет возрастных ограничений. Она может использоваться при лечении различных патологий у пожилых людей любого возраста (см. «Показания и методики применения» в «Руководстве по эксплуатации»). Однако существуют некоторые особенности проведения процедур. Курс ТЭС-терапии может достигать 15–20 процедур. Если организм ослаблен, процедуры рекомендуется проводить 2–3 раза в неделю, то есть с перерывами между процедурами до 3 дней. Таким образом, фактическая продолжительность курса может достигать 1,5-2-х месяцев.

Следует учесть, что в связи с естественными процессами старения организма у пожилых людей электропроводность тканей снижается, и аппарат может не набирать полного значения тока (1,5 мА) на светодиодной шкале. Это не является показателем неисправности аппарата. Процедуры следует проводить, достигая максимально возможных и комфортно переносимых значений силы тока.

### Сочетание ТЭС с другими методами лечения

ТЭС-терапия хорошо сочетается с любыми традиционными методами лечения: медикаментозным, физиотерапевтическим, бальнеологическим лечением, мануальной терапией и т.п.

ТЭС-терапия также хорошо сочетается с практически любыми медикаментами, она позволяет значительно сократить их применение, в частности, анальгетиков, антидепрессантов, иммуномодуляторов, гормональных средств и др.,



а иногда совсем от них отказаться. Однако это сокращение, а тем более отмена, должны проводиться только по рекомендации врача и под его наблюдением. В силу тождественных механизмов развития эффектов нецелесообразно одновременное применение ТЭС-терапии с иглорефлексотерапией. Этот метод может применяться в качестве дополнительного до или после ТЭС-терапии.

ТЭС-терапия хорошо сочетается с психотерапией. Эти методы взаимно усиливают и дополняют друг друга.

Специально с этой целью нами разработан аудиосеанс психотерапии с музыкально-речевыми воздействиями (аудиодиск входит в комплект поставки).

На прилагаемом компакт-диске записан аудиосеанс психотерапии в двух вариантах: 1-й трек – мужской голос; 2-й трек – женский голос. Вы можете использовать любой из них по Вашему выбору.

Аудиосеанс можно использовать одновременно с ТЭС-терапией, а также как самостоятельное средство психотерапии.

## Дополнительные рекомендации

### Рекомендации по питанию

Практически любому лечению обязательно должно сопутствовать правильное питание. Процедуры ТЭС-терапии улучшают обмен веществ в организме, поэтому очень важно, чтобы организм получал достаточное количество определенных питательных веществ.

Наиболее явными признаками неправильного питания являются избыточный вес или, наоборот, недостаточный. Лишний вес часто является следствием переживаемых стрессов, которые некоторые люди «заедают» в попытке на общем безрадостном фоне получить хотя бы немного удовольствия от еды, а порой и от алкоголя.

Отсюда повышенная утомляемость, раздражительность, ранний износ организма, что может со временем вызвать различные заболевания. Зачастую люди начинают заниматься самолечением – активно потреблять различные БАДы, медикаменты (таблетки, капли и т.п.), руководствуясь лишь рекламными роликами или объявлениями. Это приводит к тому, что организму становится еще труднее бороться с неблагоприятными факторами и поддерживать свои функции в норме.

Нужно обязательно помнить, что именно правильное питание может помочь организму справляться с проблемами.

Ниже приведены краткие рекомендации по правильному питанию, которые позволят не только избежать многих последствий избыточного веса, но и повысить эффективность ТЭС-терапии.

Продукты, способствующие повышению выработки эндорфинов при ТЭС-терапии:

- творог, нежирные сыры и другие кисломолочные продукты;
- продукты с высоким содержанием растительных (соя, рис, бобовые) и животных белков (курица, телятина, нежирная рыба);
- шпинат, салат, капуста, бананы.

Продукты, потребление которых следует сократить:

- тяжелые жиры (сало, животные жиры);
- жареные блюда;
- копченые, чрезмерно соленые и острые продукты;
- выпечка, сладости;
- картофель, макароны;
- сливочное масло;
- майонез и т.п.

Необходимо ежедневно выпивать не менее 1,5–2 литров чистой воды, что создает комфортные условия для работы клеток, а также для активного очищения организма (печени, почек, кишечника). Кофе и крепкий черный чай не рекомендуются, так как они содержат много кофеина, а также нарушают водный баланс в организме.

Сейчас издается достаточно много книг по правильному питанию, огромное количество рекомендаций содержится в Интернете. Однако, наилучший вариант организации правильного питания – это индивидуальная консультация у специалистов. Мы готовы оказывать подобные консультации пользователям аппаратов «ДОКТОР ТЭС-ОЗ» на нашем сайте [www.doctortes.ru](http://www.doctortes.ru) или по телефону 8-800-333-30-35.



**ТЭС**  
**центр**

Телефон консультационного центра: 8-800-333-30-35

[www.doctortes.ru](http://www.doctortes.ru)

e-mail: [doctor@tes.spb.ru](mailto:doctor@tes.spb.ru)