



НАУКА И ПРАКТИКА

ТРЕНАЖЕР АРНОЛЬДА КЕГЕЛЯ: ИСТОРИЯ И ПЕРСПЕКТИВЫ ИЗОБРЕТЕНИЯ

Методика восстановления сократительной и опорной функций мышц малого таза впервые была предложена американским врачом-гинекологом Арнольдом Кегелем еще в конце 40-х годов прошлого века. Сегодня она является альтернативой операционным и медикаментозным способам устранения симптомов недержания мочи и пролапса гениталий. Принцип, положенный в основу работы Кегеля, используется в современных компьютеризированных программах тренинга, а сама система тренировок находит все более широкое распространение и развитие во всем мире. Между тем, изобретению, запатентованному в 1947 году и сделавшему имя своего создателя практически нарицательным, было совсем непросто заслужить признание в кругах официальной медицины.



Выпускник медицинского университета штата Иллинойс, а затем практикующий чикагский хирург, специализирующийся на операциях по удалению щитовидной железы, в 1935 году Арнольд Кегель переезжает в Лос-Анджелес. Назначение Кегеля доцентом кафедры гинекологии в школу медицины Кека при университете Южной Калифорнии (США), одно из старейших и наиболее авторитетных медицинских учреждений штата, становится поворотным моментом в его биографии.

Обширная медицинская практика школы Кека дает огромное поле для научных изысканий с возможностью последующих клинических исследований. Профессиональное внимание Кегеля сосредотачивается на категории рожавших женщин, страдающих стрессовым недержанием мочи. Раз за разом наблюдая за тем, как в отношении таких пациенток оказываются бесполезными или приносят лишь временное облегчение традиционные хирургические манипуляции, Кегель начинает упорно искать способ, как сделать результаты лечения стабильными и долговременными.



В ситуации, когда приходится иметь дело с большим количеством факторов, обуславливающих нарушения мочеиспускания и предрасполагающих к опущению тазовых органов, Кегель находит универсальное решение, которое сводится к необходимости усилить уретро-вагинальный сфинктер и вернуть мышцам тазового дна силу, тонус и эластичность, с тем чтобы они вновь смогли выполнять свои функции. Результатом многолетней

аналитической и практической работы Кегеля становится уникальное по своему значению и при этом необычайно простое в использовании устройство – промежностнометр, впоследствии известный как тренажер Кегеля.

Новый физиотерапевтический прибор представляет собой две сообщающиеся аэрокамеры, соединенные с манометром. С помощью внешней камеры нагнетается воздух в камеру, размещенную во влагалище, а усилия, затрачиваемые женщиной при попытках преодолеть сопротивление и сжать внутреннюю камеру одними только мышцами тазового дна, отображаются на циферблате манометра. В отличие от пальпации, традиционного способа оценки степени развитости мышц малого таза, с промежностнометром появляется возможность достоверно судить о том, корректно ли пациентка идентифицирует искомые мышцы и насколько успешно может их сокращать.

Но главное, женщина сама видит результат своих действий и начинает выполнять упражнения с большим усердием. Теперь она мотивирована на достижение лучших показателей, поскольку день ото дня ее способности сокращать нужные мышцы увеличиваются, и подтверждают это не субъективные ощущения, а точный измерительный прибор! Это наглядный пример так называемой биологической обратной связи, которое сам Кегель впоследствии определяет как «принцип поведения».

Тем временем, некоторые консервативно настроенные коллеги Кегеля продолжают отстаивать исключительно классические методы реконструктивно-восстановительной хирургии тазового дна. Другие не могут не признать эффективность новой разработки, но, по своему усмотрению, упрощают и «сокращают» оригинальный авторский метод, ограничиваясь предписанием простых упражнений без использования тренажера. Моралисты же вообще негодуют: как можно, чтобы во время медицинской процедуры пациентки испытывали сексуальное возбуждение и получали самое настоящее удовольствие?!



Но женщины, испробовавшие этот бестравматичный и при этом такой действенный способ восстановления гинекологического здоровья, делают для себя однозначный вывод: метод работает! С исчезновением симптомов недержания возвращается нормальный образ жизни, улучшается социальная, бытовая, семейная адаптация. Более того, женщины признают и еще один пикантный «незапланированный» эффект от занятий – полностью

преображается их сексуальная жизнь. Пациентки с удовлетворением констатируют, что после начала занятий с тренажером усиливаются влечение и физическая чувствительность, сокращается вагинальный объем, достигается яркая кульминация полового акта.

За те 70 лет, которые прошли с момента изобретения тренажера Кегеля, наука шагнула далеко вперед. Сегодняшние тренажеры, прототипом которых стал промежностнометр, – это высокотехнологичные устройства и даже целые аппаратные системы, включающие компьютерные программы и вспомогательное оборудование. Так, например, на смену устаревшим вагинальным камерам с манометрами пришли ультрочувствительные электромиографические датчики из хирургической стали, золота и серебра, способные улавливать напряжение в миллионные доли вольта.

Значительно расширилась область применения открытия: теперь метод Кегеля с успехом используется для лечения и профилактики целого ряда дисфункций, связанных с ослаблением мышц тазового дна, причем, как у женщин, так и у мужчин. Гинекологические, урологические, проктологические, сексуальные расстройства, дородовая подготовка, восстановление функций мышц и связок тазового дна после родов, травм и операций – для решения всех этих задач тренажеры с биологической обратной связью применяются самостоятельно или в комплексе мер консервативного лечения.

Некоторые специалисты придерживаются мнения, что весь научный и практический потенциал достижения Кегеля еще только предстоит раскрыть. В частности, в России и за рубежом ведется перспективная исследовательская работа по изучению положительного влияния упражнений для укрепления мышц малого таза на гормональную систему. А социально-просветительская задача медицины в отношении изобретения Кегеля по-прежнему состоит в том, чтобы каждая женщина знала о возможности без лекарств и оперативного вмешательства полностью восстанавливать функции мышц, которые так важны для интимного здоровья.

Обращаем ваше внимание на то, что наша компания не оказывает медицинских услуг, включая диагностику и лечение каких бы то ни было заболеваний. Для получения медицинской помощи, пожалуйста, обращайтесь к своему лечащему врачу или в соответствующие медицинские учреждения.

info@pelvic-health.com

Москва, 2001г.

[+7\(967\)237-64-64](tel:+79672376464)

