

# Иркутяне могут снимать стресс как космонавты

В Центре Дикуля уже год используют эксклюзивное оборудование и уникальные компьютерные программы.

В наше время стрессов и психологических нагрузок, когда все больше людей страдает от синдрома хронической усталости, очень важно уметь расслабляться и снимать внутреннее напряжение. Уже год на базе Иркутского отделения Центра Дикуля работает уникальная антистрессовая программа. Шутка ли сказать — с помощью нее снимают стресс космонавты и участники боевых действий в Чечне. Подобное оборудование разработано и активно используется в Центре авиакосмической медицины.

Прежде всего данное оборудование предназначено для лиц опасных профессий — спасателей МЧС, участников боевых действий, летчиков, космонавтов...

— В Иркутске эти методы опробовали на себе сотрудники наркоконтроля, оперативники. В скором времени мы планируем принять летный состав авиазавода, — рассказал Павел Шапошников, руководитель Центра Дикуля в Иркутске. — Но эта программа применима и для обычных людей, в месяц в среднем мы обслуживаем по этой программе 30—60 человек, третью часть из них составляют дети.

Как объяснила руководитель антистрессовой программы центра Светлана Радионова, технология основана на использовании биообратной связи. Исследуя реакции мозга (а это возможно при подключении к голове специальных электродов) в ответ на вопросы специального теста, в центре получают «дерево» психологических проблем человека. Затем пациенту предлагают пройти специальную антистрессовую программу.

Комплект оборудования для сеансов снятия стресса — это ноутбук, энцефалограф, наушники и очки со светодиодами. Применение светоакустики особенно эффективно в целях релаксации и улучшения внушаемости пациентов, не поддающихся гипнозу. С помощью пяти сеансов можно избавиться от синдрома хронической усталости, вновь обрести радость жизни и даже найти ответы на мучительно неразрешимые, казалось бы, вопросы. Более того — данные программы успешно помогают справиться с проблемой алкоголизма. † Еще одно ноу-хау центра — коррекция внутреннего состояния человека с помощью специального газа ксенона, который способен вызывать эйфорию. Пять сеансов по пять минут — и стрессу не выжить в организме. К такой методике прибегают космонавты после полетов. Помогает!

Юрий Бубеев, начальник отдела проблем профессионального здоровья центра авиакосмической медицины, посетивший Иркутское отделение Центра Дикуля на прошлой неделе, одобрил его работу:

— На разработку этих технологий у нас ушло около 10 лет, сейчас они успешно применяются в Москве. Отрадно, что такая возможность есть и у иркутян. Мы убеждались в том, что для восстановления психологического комфорта, полного снятия стресса человеку достаточно от 3 до 10 процедур. Восстанавливается и здоровье — ведь от стрессов, в первую очередь, страдает система кровообращения, а значит, появляются проблемы с давлением.

👍 [Порекомендовать текст](#)

Поделиться в соцсетях:

Также читайте эксклюзивную информацию в соцсетях:

- [Телеграм](#)
- [Джем](#)

- [ВКонтакте](#)
- [Одноклассники](#)

Связаться с редакцией Бабра в Иркутской области:  
[irkbabr24@gmail.com](mailto:irkbabr24@gmail.com)

#### НАПИСАТЬ ГЛАВРЕДУ:

---

Телеграм: [@babr24\\_link\\_bot](#)  
Эл.почта: [newsbabr@gmail.com](mailto:newsbabr@gmail.com)

#### ЗАКАЗАТЬ РАССЛЕДОВАНИЕ:

---

эл.почта: [bratska.net.net@gmail.com](mailto:bratska.net.net@gmail.com)

#### КОНТАКТЫ

---

Бурятия и Монголия: Станислав Цырь  
Телеграм: [@bur24\\_link\\_bot](#)  
эл.почта: [bur.babr@gmail.com](mailto:bur.babr@gmail.com)

Иркутск: Анастасия Суворова  
Телеграм: [@irk24\\_link\\_bot](#)  
эл.почта: [irkbabr24@gmail.com](mailto:irkbabr24@gmail.com)

Красноярск: Ирина Манская  
Телеграм: [@kras24\\_link\\_bot](#)  
эл.почта: [krasyar.babr@gmail.com](mailto:krasyar.babr@gmail.com)

Новосибирск: Алина Обская  
Телеграм: [@nsk24\\_link\\_bot](#)  
эл.почта: [nsk.babr@gmail.com](mailto:nsk.babr@gmail.com)

Томск: Николай Ушайкин  
Телеграм: [@tomsk24\\_link\\_bot](#)  
эл.почта: [tomsk.babr@gmail.com](mailto:tomsk.babr@gmail.com)

[Прислать свою новость](#)

#### ЗАКАЗАТЬ РАЗМЕЩЕНИЕ:

---

Рекламная группа "Экватор"  
Телеграм: [@babrobot\\_bot](#)  
эл.почта: [equatoria@gmail.com](mailto:equatoria@gmail.com)

#### СТРАТЕГИЧЕСКОЕ СОТРУДНИЧЕСТВО:

---

эл.почта: [babrmarket@gmail.com](mailto:babrmarket@gmail.com)

[Подробнее о размещении](#)

[Отказ от ответственности](#)

[Правила перепечаток](#)

[Соглашение о франчайзинге](#)

[Что такое Бабр24](#)

[Вакансии](#)

[Статистика сайта](#)

[Архив](#)

[Календарь](#)

[Зеркала сайта](#)