

FROLOV DÝCHACÍ TRENAŽÉR

Je určený na **prevádzanie dýchacích cvičení za účelom prevencie a liečenia** rôznych ochorení. Nácvik tzv. endogénneho spôsobu dýchania pozitívne vplyva na látkovú výmenu, činnosť mozgu a všetkých vnútorných orgánov. Posilňuje aktivitu imunitného systému, zlepšuje psychický a emocionálny stav. Prispieva k udržaniu dobrého zdravia a vysokej úrovne duševnej aktivity.

Rehabilitácia organizmu pomocou endogénneho dýchania je geniálnym objavom ruského vedca a biochemika Vladimíra Frolova. Frolov trpel tuberkulózou pľúc tretieho stupňa a v 52 rokoch mu diagnostikovali rakovinu slepého čreva tretieho až štvrtého stupňa. Bol liečený cytostaticky a aj keď veľmi trpel, operáciu odmietol.

Vo svojich úvahách vychádzal z hypotézy bunečného dýchania lekára Genadija Petrakoviča a pozorovania spôsobu dýchania ľudí v oblastiach, kde sa dožívajú vysokého veku, taktiež jogínov i niektorých živočíchov. Podarilo sa mu zostrojiť dýchací trenažér pomocou ktorého môže človek dýchať tzv. endogénnym (vnútorným) spôsobom a priam zázračne regenerovať svoj organizmus. Pán Frolov je stále živý a teší sa dobrému zdravia.

Pri endogénnom dýchaní dostávajú naše bunky oveľa viac energie, čím je zaistená dobre fungujúca látková výmena, ktorá spolu s výrazným zvýšením energie v organizme a vyššou intenzitou činnosti imunitného systému nastoluje proces samoliečby. Má pozitívny vplyv na činnosť mozgu, všetkých vnútorných orgánov a psychický i emocionálny stav a pomáha udržať vysokú úroveň duševnej aktivity. Zvyšuje sa taktiež účinnosť podávaných liekov, výživových doplnkov, fyzikálnych a iných postupov liečenia. Dýchanie pomocou trenažéru simuluje dýchanie veľrýb, delfínov a dýchanie ľudí vo vysokohorských podmienkach, kde ľudia žijú vždy výrazne dlhšie než v údoliach. Čo je však na tom veľmi dôležité, netrpia žiadnymi zdravotnými problémami, ktoré súčasná medicína u starších ľudí považuje za samozrejmé. Znie to až neuveriteľne, ale ich pohlavná aktivita a schopnosť plodiť deti sa taktiež veľmi predlžuje (do sto i viac rokov).

Analýza experimentálneho materiálu odhalila, že k zásadným liečebno-rehabilitačným účinkom dochádza predovšetkým v krvnom obeh. Zvyšuje sa kvalita krvi, čo má samozrejme najväčší vplyv na orgány a tkanivo s veľmi vysokým krvným zásobovaním – srdce, mozog, obličky, pľúca a žľazy s vnútornou sekréciou. Ako je všeobecne známe, predovšetkým tieto tkanivá najviac postihuje arterioskleróza. Tam, kde pri obyčajnom vonkajšom dýchaní prebieha opotrebovanie, poškodzovanie a starnutie, pri endogénnom dýchaní prichádza práve naopak k oživeniu a rehabilitácii.

Autor metódy endogénneho dýchania V. Frolov hovorí: “Keď sa ma ľudia pýtajú, čím sa “obyčajné” dýchanie líši od dýchania pomocou trenažéru, odpovedám, že predovšetkým odlišnou hodnotou tlaku, potom hypoxiou (nedostatok kyslíku v tkanivách, či v organizme) a hyperkapniou (zvýšené množstvo oxidu uhličitého v krvi)”. Pri vonkajšom dýchaní sa zvýšený tlak v pľúcach udržiava približne jednu pätinu z celkovej doby trvania dýchacieho aktu, no pri dýchaní pomocou trenažéru je to až 90%. Účinok dýchania veľmi závisí práve na hodnote tlaku, ktorý priamo vplyva na zvýšenie počtu vzduchových bubliniek prenikajúcich do našich pľúc. Týmto spôsobom je možné pri dýchaní cez trenažér dosiahnuť niekoľkonásobný efekt pri načerpaní potrebnej energie pre organizmus.

Vplyvom endogénneho dýchania sa zvýši energia buniek 2-4x a to je pre náš organizmus absolútne najdôležitejšie. Pri novom spôsobe dýchania prechádzajú bunky v tkanivách na režim riadeného procesu okysličenia membrán lipidov voľnými radikálmi. Tento proces dodá bunkám toľko energie, že získajú prevahu aj nad rakovinovými bunkami. Dôležitá je však nielen prevaha energie, ale aj to, v akých štruktúrach bunky sa výroba energie uskutočňuje. Nediferencované bunky (rakovinové) nie sú geneticky prispôbené systematickému a trvalému okysličovaniu voľnými radikálmi vo svojich membránach. Je to spôsobené nedokončením a v určitom zmysle neplohodnotou ich bunkových membrán. Vďaka červeným krvinkám, ktoré ich k práci v režime okysličenia voľnými radikálmi doslova nútia, membrány rakovinových buniek zanikajú. Svoju úlohu potom zohráva imunitný systém, ktorý je endogénnym dýchaním výrazne posilnený a ktorý dokáže rakovinovému nádoru efektívne vzdorovať.

Metodika nácviku endogénneho dýchania je darom pre tých, ktorým nie je ich zdravie ľahostajné a kondícia pre tých, ktorí doteraz márne bojujú so svojou chorobou. Nácvik trvá 3-4 mesiace a neskôr už človek týmto spôsobom dýcha spontánne.

metodika dýchania

Základom “**endogénneho dýchania**” je návyk organizmu vytvárať si svoj vlastný kyslík, čím sa podstatne znižuje potreba používať kyslík vonkajší. V dôsledku prechodu na endogénne dýchanie nadobúda organizmus nové vlastnosti. Množstvo voľných radikálov, s nadbytkom, ktorých sú spájané príznaky starnutia a vznik rôznych nemocí, klesá 4-8x v porovnaní s priemerným množstvom. Klesá aj teplota tela a to o 1,2-1,5 stupňa C, čo má za následok menšie opotrebenie organizmu.

Technika endogénneho dýchania je veľmi jednoduchá. Je to vlastne dýchanie pomocou bránice, čo znamená, že nádych ide do brucha a pri výdychu sa brucho vtiahne. Ramená a hrudník ostávajú v kľude. Nádych sa uskutoční ústami, alebo nosom v trvaní dvoch sekúnd. a výdych ústami cez trenažér v trvaní 7 sekúnd. Vydychovanie je možné postupne

predlžovať a to cca o sekundu týždenne. Cvičenie je možné aplikovať raz denne (večer), alebo 2x denne (ráno a večer), max. 10 až 20 minút.

Na základe klinických výsledkov i praktických poznatkov má Frolov dýchací trénažer vysoký liečebný efekt pri: artérioskleróze, ischemickom ochorení srdca, srdečnej aritmii, vegetatívnej kapilárnej distónii, vysokom krvnom tlaku, chronickej bronchitíde, pneumoskleróze, chrípkových ochoreniach a iných chorobách. Účinným liečením onemocnení a ich prevenciou náš život nadobudne novú a lepšiu kvalitu, vrátane jeho predĺženia.

Trenažér sa skladá :

1. dýchacia hadička
2. náustok
3. veko valcovej nádoby
4. vnútorná menšia nádobka
5. sitko
6. veľká valcová nádoba
7. veľké veko (používa sa uzavretie ďalšej väčšej nádoby pri inhalácii)
8. odmerka

Zostavovanie trénažeru a jeho príprava k použitiu.

Do veľkej valcovej nádoby (5) odmerkou (7) nalejte max. 20 ml vody a vložte vnútornú menšiu nádobku so sitkom (4+5). Potom ju uzavrite vekom (3). Následne nasadte hadičku na hrdlo nádoby so sitkom (4) a do voľného konca hadičky nasuňte náustok (2). Takto zostavený celok môžete začať používať. Pri inhalácii vložte nádobu (5) do väčšej nádoby s teplou vodou (napr. 7dl. zaváraninový pohár) a uzatvorte veľkým vekom (7). Pred tým si môžete nakvapkať do nádoby so sitkom (4+5) pár kvapiek vhodného éterického oleja

FROLOV DÝCHACÍ TRENAŽÉR endogénneho dýchania TDI – 01

Výrobca: Firma Dinamika, Novosibirsk, Rusko

Zoznam chorôb a obtiaží, pri ktorých je dokázaný liečebný efekt použitím trénažeru endogénneho dýchania:

- artérioskleróza
- ischemické ochorenie srdca a mozgu
- srdečná aritmia
- vegetatívna kapilárna distónia
- migréna
- vysoký krvný tlak
- hemoroidy
- chronická bronchitída
- pneumoskleróza (kalcifikácia pľúc)
- vredové ochorenie tráviaceho ústrojenstva
- gastritída
- nehnisavý zápal ľadvinových ciest
- pyelonefritída
- astma
- diabetes
- a ďalšie

