

## MANIPULÁCIA S POLIMEDELOM

Polimedel mám odskúšaný na sebe. Najprv som si liečil koleno, potom rameno a priedušky. Vždy sa situácia výrazne zlepšila.

Taktiež znižuje krvný tlak, aktivizuje imunitu organizmu, má antiseptický účinok, čiže zastavuje a ničí chorobopodné zárodky pri hnisavých zápaloch, takže výrazne napomáha antibiotikám. Má protizápalový a protiopuchový účinok, zlepšuje metabolizmus, má silný analgetický účinok, čiže tlmí bolesť po narazení, vyklbení a iných úrazoch, vhodná pre ortopédiu. Lieči reumatické ochorenia. Pôsobí do vzdialenosti asi 10 cm.

Polimedel, je veľmi jemná fólia, vložená medzi dvoma papiermi, listami. Fólia sa dodáva v obálke a je zložená napoly. Môžem ju použiť aj celú a to s papiermi, medzi ktorými je uložená. Ak chcem použiť menšie vrecúško z plátna, ktoré je k dispozícii, tak celú fóliu zloženú napoly opatrne roztvorím aj s listami a rozstrihnem. Snažím sa to držať stále v dvoch papieroch, nepokrčiť a tak aj vkladať do plátnového vrecúška. Ak použijem veľké vrecúško, tak samozrejme fóliu neprestrihnem, iba otvorím a vložím aj s obalovým papiermi do tohto veľkého vrecúška. Po vložení celej, alebo polovičnej môžem obalové papiere opatrne vytiahnuť tak, aby sa fólia nepokrčila.

Niekedy sa vrecúško nedá na telo uviazať, napr. na ramene sa šmýka. Ja som použil na pripevnenie k telu leukoplast, ktorý je z umelého materiálu. Nastrihám si ho a jednu časť prilepujem po obvode vrecúška a to asi 1cm na vrecúško a druhú časť prilepujem na telo. Leukoplast neprelepujem krížom cez vrecúško, má rušivé účinky. Prilepujem tak, aby vrecúško nebolo moc oddelené od tela, nemusí však byť veľmi natesno na tele. Zvyčajne stačí 4-6 asi 3- 5 cm dlhých leukoplastov. Pri každom ďalšom použití dávam nové leukoplasty, použité už moc nelepia, teda niektoré druhy leukoplastov.

Nakoľko nemám čas dávať si to 3x cez deň po hodine, tak to riešim priložením asi na 2-3 hodiny vtedy, keď nerobím moc pohybov. Prikladám 7-10 dní. Môže sa stať, že liečená časť po kúre akoby sa zhoršila. Asi za týždeň po kúre sa začali objavovať pozitívne účinky. Určitý zdravotný problém sa môže opakovať hlavne vtedy, ak sa mi nepodarilo odstrániť aj zdroj problému. Napr. vysovanie, jednostranné zaťažovanie, preťažovanie a pod. Tu mi môže poradiť fyzioterapeut. **Opakovanie kúry na tom istom mieste robím až po dvoch mesiacoch.** Zistil som, že pri ďalších použitíach na iných miestach pocítim účinok prv ako za 10-15 dní. Keď fóliu neznehodnotím výraznejším pokrčením, vodou, chytaním po celej ploche bez listov a pod, tak ju môžem použiť veľakrát a to až 5 rokov.

Vyššie uvedené je moja osobná skúsenosť a je to informácia orientačná. Ďalšie informácie, ale aj fólie s vrecúškami je možné získať na adrese:

Športová a armádna predajňa, Štúrova 7, Mestská tržnica, Nitra, 037-6525592 v čase 9.00-17.00 hod, Posielame aj na dobierku.

Ján Mitúch, majiteľ predajne, 0905-525591, e-mail: [karate.army@gmail.com](mailto:karate.army@gmail.com), [www.karate-army.sk](http://www.karate-army.sk)