

## Об авторе

Д-р Дипак Кумар, MSPT, FIAE, PhD

Автор этой книги, доктор Дипак Кумар, в 1993 году закончил Национальный институт, а в 2000 году прошел последипломное образование по спортивной физиотерапии, в 2002 году он обучался в университете Кертина (Австралия), получив вторую специальность — мануального терапевта. В 2006 году Индийская ассоциация физиотерапевтов наградила его за выдающиеся заслуги, а в 2010 году присудила ему престижную стипендию. В 2012 году Дипак Кумар стал доктором философии Малайида.

В качестве клинического преподавателя и лектора он работает в различных университетах Индии. Доктор Кумар — сертифицированный преподаватель ком-

**Посвящается  
моей жене  
миссис Чанкал Кумар,  
женщине, которая  
привела к успеху**



## Об авторе



**Д-р Дипак Кумар, MSPT, FIAP, PhD** — MT, CMP, MOTA

Автор этой книги, доктор Дипак Кумар, в 1993 году закончил Национальный институт, в 2000 году прошел последипломное образование по спортивной физиотерапии, в 2002 году он обучался в университете Кертина (Австралия), получая вторую специальность мануального терапевта. В 2006 году Индийская ассоциация физиотерапевтов наградила его за выдающиеся заслуги, а в 2010 году присудила ему престижную стипендию. В 2012 году Дипак Кумар стал доктором концепции Маллигана.

В качестве клинического преподавателя и экзаменатора он работает в различных университетах Индии. Доктор Кумар — сертифицированный преподаватель концепции Макконелла в азиатском регионе, а в прошлом — сертифицированный преподаватель концепции Маллигана. За последние 11 лет у него прошло обучение более 10 тысяч студентов.

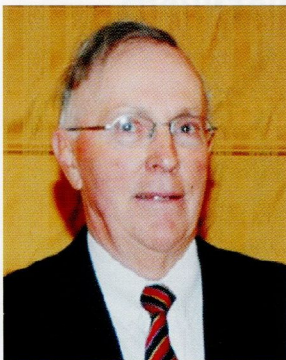
Дипак Кумар провел и продолжает принимать участие в 53 исследовательских проектах. Он автор 12 изобретений в области мануальной терапии, электро- и кинезиотерапии. Им представлены 34 исследовательских доклада на государственных/национальных и международных конференциях Международной федерации ортопедов и мануальных терапевтов (IFOMT) и Всемирной конфедерации физиотерапевтов (WCPT), 9 из его докладов признаны лучшими, а 6 — отмечены высшими наградами. Опубликовано 4 статьи в известных журналах.

За 22 года лечебной деятельности доктор Дипак Кумар, совместно с коллегами, помог более чем 85 тысячам пациентов. В качестве директора Института мануальной терапии Капри он руководит работой коллектива, состоящего более чем из 60 специалистов. Им организовано более сотни мастер-классов, семинаров, конференций, включая международные конференции по мануальной терапии. Его новые техники, основанные на концепции Маллигана, нашли признание у самого Брайана Маллигана, который упомянул о них в 5-м и 6-м изданиях своей монографии.



## Об авторе концепции

Первая Международная конференция сертифицированных специалистов по концепции Маллигана, 2014 года



**Брайан Р. Маллиган, FNZSP, Diploma MT, CMP, MCTA**

Брайан Р. Маллиган — легенда мануальной терапии. В 1984 году им была предложена новая концепция мобилизации суставов. Брайан Р. Маллиган закончил Новозеландскую школу физиотерапии в 1954 году. Его учителями были такие выдающиеся терапевты, как Стэнли Пэрис (Stanley Paris) и Фрэдди Кальтенборн (Freddy Kaltborn), которые в 60-х годах прошлого столетия обучили его основам мануальной терапии. На формирование его взглядов в области мануальной терапии оказали неоценимое влияние Джеймс Цириакс (James Cyriax), Джефф Мейтланд (Geoff Maitland), Робин Маккензи (Robin McKenzie) и Роберт Элви (Robert Elvey). В 1968 году Брайан Р. Маллиган возглавил Новозеландскую ассоциацию мануальных терапевтов, а в 1972 году начал свою деятельность в качестве международного преподавателя. Он стал основателем Ассоциации преподавателей концепции Маллигана в 1996 году и проводил обучение более чем в 20 странах по всему миру. Вплоть до 2000 года Брайан Р. Маллиган активно занимался клинической практикой в Веллингтоне.

Брайан Р. Маллиган активно занимался клинической практикой в Веллингтоне.

Брайан развил концепцию «Мобилизации с движением» и «Феномена релиза боли» и описал это в шестой редакции своего учебника (11 января 2010 года). Использование концепции Маллигана позволяет проводить мануальную терапию функциональным и безболезненным способом. Концепция содержит множество техник самомобилизации, которые детально описаны Брайаном в книге «Self Treatments for Back, Neck and Limbs» [«Самолечение спины, шеи и конечностей»].

Доказательной базой концепции Маллигана служат более 100 статей в различных журналах, где опубликованы исследования, подтверждающие эффективность маллигановских техник мобилизации с движением.

Брайан Р. Маллиган имеет следующие награды и звания:

- \* почетный член Новозеландского общества физиотерапевтов (1996);
- \* почетный пожизненный член Новозеландского общества физиотерапевтов (1996);
- \* почетный пожизненный член Новозеландской ассоциации мануальных терапевтов (1993);
- \* почетный член Новозеландского колледжа физиотерапии (1998);
- \* обладатель награды *Ball Dynamics* за выдающиеся достижения в изучении практических наблюдений (1997);
- \* почетный член-преподаватель Университета Отаго (Otago), Новая Зеландия.

Ассоциация преподавателей концепции Маллигана состоит из 55 членов в 20 странах мира.

Брайан Р. Маллиган продолжает делиться знаниями и опытом, по-прежнему вдохновляя физиотерапевтов.



# Конференция 2014

Первая Международная конференция сертифицированных специалистов по концепции Маллигана 10 октября 2014 года, Нави Мумбаи, Индия



Автор сердечно благодарит Брайана Маллигана и Гаэтано Дж. Милаццо (Gaetano G. Milazzo) за проделанный путь из Новой Зеландии и Австралии, чтобы представить первое издание этой книги 10 октября 2014 года во время первой Международной конференции сертифицированных специалистов по концепции Маллигана, которая прошла в аудитории университета Патила, в Нави Мумбаи, Индия. Также выражаю благодарность им обоим за их предложения, которые были учтены в этом издании.



# Благодарности

В первую очередь, автор глубоко признателен Богу, который дал ему силы и отвагу, чтобы справиться с этим трудным и связанным с различными препятствиями заданием в служении человечеству.

Огромную благодарность я выражаю своим наставникам, особенно профессору Джаспалу Сингх Сандху (Jaspal Singh Sandhu), профессору Кришан Брута (Krishan Broota) и доктору А. Дж. Дандапани (A. G. Dandapani), которые всегда были для меня источником одобрения и вдохновения. Их поддержку сложно переоценить.

С гордостью и по праву хочу высказать свою глубокую благодарность и признательность Брайану Р. Маллигану — легенде мануальной терапии, который своими советами, тщательной заботой и душевной теплотой руководил мной. Он широко известен своими инновационными и практическими подходами в сфере мануальной терапии, а именно своей концепцией. Его научные советы, проницательная критика и терпеливое поощрение чрезвычайно помогали мне в написании этой книги. Он активно поддерживал меня в намерении найти и реализовать свой потенциал, и помог в завершении этой трудной работы. Брайан сыграл чрезвычайно важную роль в становлении моей карьеры и моем достижении таких важных профессиональных вершин. Я ему очень обязан.

Автор не будет честен, если искренне не поблагодарит мисс Даун Маллиган (Dawn Mulligan), мисс Барбару Хетерингтон (Barbara Hetherington), мисс Чанкал (Chanchal) и всех членов Ассоциации сертифицированных преподавателей концепции Маллигана, не раз помогавших при написании этой книги.

Я искренне выражаю свою огромную благодарность доктору Шекхару Агарвалу (Shekhar Agarwal), директору госпиталя Сант Пармананд, Дели, за предоставленную возможность лечить его пациентов, применяя концепцию Маллигана. Его постоянное руководство и готовность делиться своими обширными знаниями заставили меня взяться за этот проект и помогли завершить это руководство.

Автор безмерно благодарен мисс Гурприт Каур (Gurpreet Kaur), мисс Бини Симвал (Bhini Semwal), мистеру Пардип Кумар (Pardeep Kumar) и мисс Адья Кумар (Adhya Kumar) за их ценные советы и проницательную критику. Без их постоянной поддержки и помощи эта книга была бы невозможна. Также особая благодарность мистеру Амиту Чаудхари (Amit Chaundhary), мисс Парул Гупта (Parul Gupta), мистеру Гаурангу Бакси (Gaurang Baxi), мистеру Юбу Дж. Варгизу (Jibu G. Varghese), мисс Срилекха Наир (Sreelekha Nair), мистеру Танмай Кумар (Tanmay Kumar), мистеру Ашиш Сингла (Ashish Singla), мисс Акакша Капур (Akaksha Kapoor), мисс Приянка Гауди (Priyanka Gawde) и мистеру Мукеш Найак (Mukesh Nayak) за огромный вклад в работу над иллюстрациями.

Автор также выражает огромную признательность мистеру Субхашу Чандер Раи (Subhash Chander Rahi) из университета Панджаби, Патьяла за его добрую помощь в редактировании текста и блестящие предложения, которые он внес для улучшения книги. Сердечное спасибо мистеру Сандип Малхота (Sandeep Malhota) за его ценные инициативы, касающиеся печати этой книги. Благодаря преподаванию повышается наш практический опыт, нашедший отражение в этой книге, поэтому мои студенты также заслуживают признательности.

Постоянная моральная поддержка и сотрудничество, которые автор получал от членов своей семьи в течение всего периода работы над книгой, не менее важны, они также заслуживают моей благодарности.

Также моей признательности заслуживают все те люди, которые прямо или косвенно участвовали в создании этой книги, но имена которых не были здесь упомянуты.



# Предисловие

Эта книга написана для физиотерапевтов, практикующих мануальную терапию, которые заинтересованы в более глубоком понимании концепции Маллигана. С момента введения в практику эта концепция обрела всеобщее признание и, благодаря своей эффективности и результативности пользуется им до настоящего времени.

Концепция Маллигана — один из предпочтительных методов мануальной терапии. Зачастую специалисты выбирают именно этот метод, поскольку его применение позволяет пациентам выполнить в функциональной позиции движение, которое до этого причиняло боль. К тому же безболезненность осуществления движения делает результат более ценным.

Эта концепция создана и развита легендарным Брайаном Маллиганом, физиотерапевтом из Новой Зеландии. Он проводил обучение в 91 городе в Соединенных Штатах Америки и в 20 странах мира. Теперь он — одна из икон мануальной терапии. На сегодняшний день концепция Маллигана преподается по всему миру аккредитованными преподавателями, которые являются членами Ассоциации преподавателей концепции Маллигана. Физиотерапевты, которые удачно сдали экзамен, становятся сертифицированными специалистами концепции Маллигана и имеют право использовать это удостоверение.

Книга написана доктором Дипаком Кумаром, в прошлом членом Ассоциации преподавателей концепции Маллигана, который обучил концепции тысячи физиотерапевтов за последние одиннадцать лет. Д-р Дипак Кумар в 1993 году закончил Национальный институт, а в 2000 году завершил последипломное образование по специальности «Спортивная физиотерапия»; в 2012 году он стал доктором концепции Маллигана; в 2002 году обучался в университете Кертина (Австралия) с целью получения второй специальности по мануальной физиотерапии.

Последовательность подачи материала призвана обеспечить легкое осмысление концепции и понимание техник. Системный подход к обучению основным принципам делает ее особенно полезной для физиотерапевтов, практикующих концепцию Маллигана.

В книге техники Маллигана поданы в виде пошаговых инструкций и каждая манипуляция проиллюстрирована авторскими фотографиями. При описании проведения терапевтических методов основной упор делается на взаиморасположении пациента и врача, расположении рук и ремня и сопровождается комментариями и рассуждениями. Точное следование правилам служит залогом достижения оптимального результата. Также большое внимание уделяется мерам предосторожности. Простота изложения позволит читателю легче прочувствовать практический смысл и упростит понимание деталей.

Мы надеемся, что наши усилия, которые в течение более четырех лет мы вкладывали в создание этой книги, окажутся полезными для студентов, изучающих мануальную терапию. Предполагаем, что сообщество практикующих специалистов и клиницистов также найдет эту книгу полезной, а изложенные в ней тезисы будут достойными применения в клинической практике.

Читатели могут обратиться к автору с любой конструктивной критикой или указать на ошибки в этой книге, если таковые имеются.

Верим, что книга поможет практикующим врачам в пересмотре и улучшении своих клинических навыков и тем самым поможет людям освободиться от мышечно-скелетной боли безболезненным способом.



### **Важная информация**

Следует четко осознавать, что эта книга не является заменой отработки мануальных навыков под руководством преподавателя. Издание предназначено для обзора техник, которым обучаются во время семинаров.

### **Вопрос ответственности**

Информация, приведенная здесь, предназначена для ознакомления читателя с концепцией Маллигана как видом мануальной терапии. В этой книге представлено более 1500 иллюстраций, отражающих всю последовательность проведения манипуляций, а объяснения даны легким и понятным языком. Информация, приведенная автором, корректна и соответствует его практическим знаниям; однако, в ряде техник мануальный захват и расположение рук, позиция пациента и терапевта, положение ремня, стиль мобилизации могут отличаться от того, чему обучают другие преподаватели концепции Маллигана, или от того, как это описывается в других работах, посвященных маллигановской концепции. Автор показал техники тем способом, который он считает наиболее эффективным, основываясь на 22 годах клинической практики при лечении нейро-мышечно-скелетных нарушений. Читатели могут обнаружить отличия в техниках, однако, принципы маллигановской концепции непоколебимо сохраняются.

К слову, создатель концепции Брайан Маллиган в шестом издании своей книги на странице 53 заметил, что однажды созданные техники терапевт может модифицировать под свои собственные требования, так как каждый пациент уникален из-за бесчисленного множества анатомических вариантов. Техники могут меняться, но принципы должны оставаться неизменными.

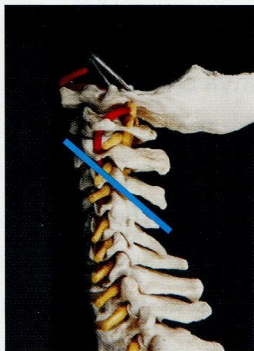
Все техники объяснены корректно, точно и в формате клинической практики, согласно глубоким знаниям автора; но автор, издатель, распространитель не несут ответственности в случае повреждения, осложнения, причинения вреда какому-либо человеку или имуществу при применении техник или по причине возможных ошибок в книге, если они есть.



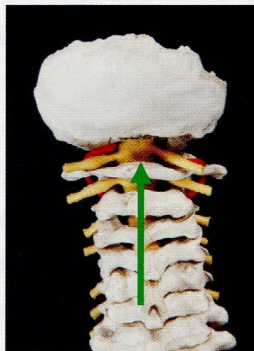
# Как читать эту книгу

Иллюстрации облегчают понимание каждой техники. Книга написана простым языком, чтобы помочь читателю воспринимать практический смысл метода.

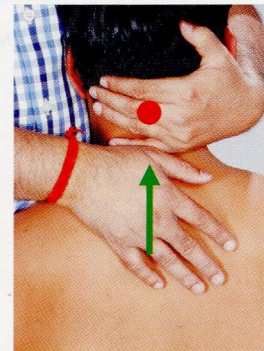
Иллюстрации поданы в определенной последовательности, облегчая правильное и точное выполнение техники. Перед началом чтения важно ознакомиться со следующими знаками и символами:



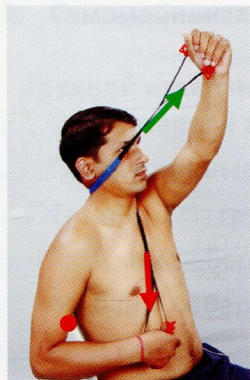
Лечебная плоскость



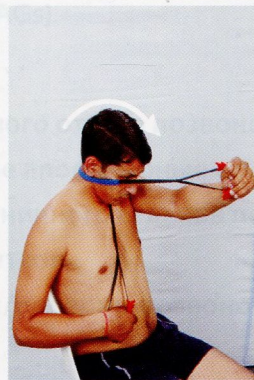
Направление скольжения



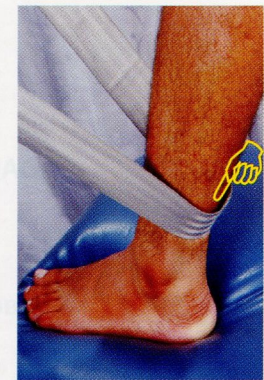
Точка стабилизации



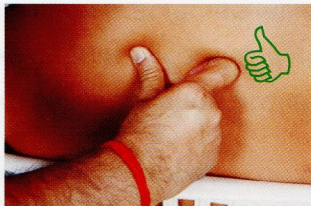
Направление стабилизации



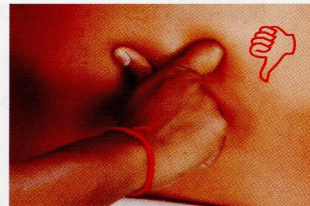
Плоскость движения



Обратите внимание!



Правильное расположение рук или терапевта



Неправильное расположение рук или терапевта