



Биомеханическая стимуляция (БМС) — это особое направление в физической культуре и спорте. Она осуществляется путем воздействия на мышцы человека механическими факторами, точнее вибрацией, а в результате получаются психофизиологические эффекты, которые составляют различные аспекты тренировки мышц. Для многих БМ-стимуляция становится отличным «толчком» к процессу похудения. Происходит это за счет длительного воздействия вибрации (как очень интенсивной и длительной физической нагрузки) на мышцы, что запускает процесс естественного липолиза (**расщепления «запасов» жиров**). Во время БМ-стимуляции значительно увеличивается кровообращение. К тканям поступает увеличенное количество питательных веществ, кислорода, а «уносится» углекислый газ, продукты распада и жизнедеятельности клеток. Активный

приток к подкожно-жировой клетчатке крови, богатой кислородом, усиливает окислительный процесс в жировых клетках. Также БМ-стимуляция является отличным средством профилактики варикозного расширения вен и лимфостаза.

Также метод биомеханической стимуляции позволяет иначе посмотреть на сам подход к тренировкам. Приложение БМ-стимуляции позволяет увеличить силу мышц без каких-либо значительных усилий, отпадает необходимость многочасовых изнуряющих тренировок в спортзале. Один сеанс на аппарате Назарова позволяет заменить полноценную тренировку в спортивном зале.

Противопоказания к проведению биомеханической стимуляции тела на аппарате Назарова:

- острые лихорадочные состояния;
- кровотечения и склонность к кровотечениям;
- гнойные процессы;
- кожные заболевания (инфекционной или грибковой этиологии);
- заболевания крови;
- тромбоз;
- значительное расширение вен с нарушением трофики;
- атеросклероз, сопровождающийся церебральными кризами;
- аневризмы сосудов;
- воспаление лимфатических узлов;
- активная форма туберкулеза;
- доброкачественные и злокачественные опухоли;
- сифилис;
- психические заболевания с изменением психики;
- хронический остеомиелит;
- эндартериит с нарушением графики;
- острая сердечно-сосудистая недостаточность;
- почечная недостаточность;
- печеночная недостаточность;
- непереносимость вибрации.