ЧЕКРЪКЧИЙСТВО ( ЧАКРЪКЧИЙСТВО ) е древно Българско лечителско изкуство, използвано при навяхвания, изкълчвания и за „ освобождаване на прескрипани ( захапани ) нерви“. Чекръкчиите са народни лечители със специални дарби да усещат гореспоменатите здравословни проблеми и да наместват в правилната позиция засегнатите стави, сухожилия и нерви, което допринася за бързото излекуване на човека. Обикновено чекръкчийството се предава по наследство, от баща на син, или от дядото на внука. Понякога чекръкчията предава умението си на ученик – човек, в когото майстора е видял потенциал и умения да се справи със занаята.

Чекръкчиите са хора с висок морал, отдадени да помагат на хората ( и дори и на животните ) със съответните проблеми.

Може да се каже, че всички народи имат такива народни лечители, като техниките, които те използват, са многообразни. Една подобна система, със сходни на ЧЕКРЪКЧИЙСТВОТО приложения, е ХИРОПРАКТИКАТА, за която може да прочетете в по-долните редове.

Хиропрактиката е лечебен метод, който се фокусира върху заболяванията на опорно-двигателния апарат и нервната система, както и въздействието на тези нарушения върху общото здравословно състояние на организма. Лечението с хиропрактика често се нарича чекръкчийство, както е известно по нашите земи от много години. Този метод е ориентиран към болките в гърба и кръста, и тила, а проблемите с прешлените на гръбначния стълб водят до вторични смущения и в останалите системи на органи.

Чекръкчиите са народни лечители, които могат да наместват изкълчвания, да освобождават „ прищипан“ нерв и други подобни. Те се явяват нещо като предшественици на мануалните терапевти и хипопрактиците в съвременната медицина.

За много хора с хронични болки в гърба, главоболие и дори болки в крайниците, лечението с хиропрактика е възможен избор. Милиони хора се възползват от него. Ето няколко неща, които можете да направите, за да получите най-голяма полза от хиропрактика корекции.

Посетете хиропрактик, който има уменията да разбере веднага от какви масажи имате нужда и как да се направи схема за вашето лечение.

Основната техника на хиропрактиката се състои в умерен натиск върху определена точка. Прецизността при изпълнението е много важна. Затова се доверете само на опитен лекар с добра практика в тази област.

Добрата практика изисква хиропрактикът да използва специални инструменти и специална маса особено при лечение на дискова херния.

Трябва да запомните от какво се появяват болките ви и да избягвате повторението на тези действия. Ако седенето пред компютър ви докарва болки, означава че нямате ергономично правилна стойка и трябва да направите необходимите промени.

Следвайте упражненията, които ви предписва хиропрактикът. Гъвкавостта и укрепването на мускулите на гърба са от съществено значение. Правете всеки ден по 20-30 минути гимнастика, защото така токсините не се задържат в организма ви.

Хранете се с повече плодове и зеленчуци и прочиствайте редовно стомашно чревния си тракт, за да не се натрупват токсини в областта на костите и ставите, които водят до шипове и по-сериозни усложнения.

Хиропрактиката е създадена през 1895 г. от Даниел Дейвид Палмър, който осъзнава, че въпреки че мануалните техники са използвани от хиляди години, никой до тогава не е обяснил рационално ефекта от тях.  
Той извършва първата си манипулация като [утвърден хиропрактик](https://www.americanspinalclinic.com/bg/kakvo-e-hiropraktika/) през 1895 г., подобрявайки слуха на глух санитар, който е страдал от болка в гърба повече от 17 години.

Докторите по хиропрактика използват ръцете си, за да изпълняват това, което се нарича [„мануална терапия“, за лечение на редица състояния, свързани с  гръбначния стълб](https://www.americanspinalclinic.com/bg/services/sistema-za-lechenie/).

От създаването си през 1895 г., хиропрактиката се превръща във част от американското здравеопазване. [Докторите по хиропрактика](https://www.americanspinalclinic.com/bg/za-nas/) са третата по големина група професионалисти с докторската степен в областта на здравеопазването, след общо-практикуващите лекари и стоматолозите.

Хиропрактиката е насочена към заболявания на опроно-двигателният апарат и намира приложение при мускулно-скелетни оплаквания,болки в гърба,дискова херния,дископатия,болки в ставите,ръцете и краката,както и главоболието.Хиропрактиката помага при болки в гърба, врата, ставите на ръцете и краката, както и главоболие.Гръбначният стълб е съставен от 32-34 прешлена закрепени посредством мускули и сухожилия. Когато съществува блокаж,това оказва влияние на цялата нервна система. Нужно е да се направи Хиропрактичната манипулация. Тя се състои в умерен натиск върху определени точки,като това става с голяма скорост и ниска амплитуда на движението. Целта е да се възстанови подвижността на ставите,които са били ограничени вследствие на травма на тъканите. Нараняване на тъканите може да се получи от повтарящи се неправилни движения, седене с лоша стойка на гръбначния стълб, неправилно вдигане на тежък предмет, рязко движение и др. В тези случаи наранените тъкани се променят физически и химически, което може да причини възпаление, болка и намалена функция на гръбначния стълб. Корекцията на засегнатата става или прешлени и тъканите възстановява подвижността, като по този начин облекчава болката.Това е безлекарствен индивидуален подход, който включва преглед и терапия. Препоръчват се и възстановителни упражнения.Хиропрактик терапията е за предпочитане, защото за кратко време нормализира функцията на гръбначния стълб и нервната система. Резултатите са трайни. Масажът облекчава мускулните спазми и болките, възстановява се жизнената енергия в организма

Хиропрактик терапията е за предпочитане, защото за кратко време нормализира функцията на гръбначния стълб и нервната система. Резултатите са трайни. Масажът облекчава мускулните спазми и болките, възстановява се жизнената енергия в организма. Хиропракторите практикуват без лекарства.

сВсеки **пациент получава строго индивидуален подход,**при който след д**иагностициране на проблемите, се набляга на прилагането на определен вид техника**, в зависимост от **спецификата**на проблемите .  
Хиропрактиците имат широки диагностични умения.

**В кои случаи е полезна Хиропрактиката?**  
Хиропрактиката е показна при почти всички болести и дисфункции, свързани с гръбначния стълб, като главоболия, мигрени, световъртежи, нарушения в кръвообръщението, болки във врата, гърба или между плешките, различни видове сколиози и неправилни стойки. Хиропрактиката е много ефикасна при лечение на дископатии, болки в кръста или лумбаго, ишиас и също така облекчава болките при предменстуралният синдром. Хиропрактиката на гръбначния стълб може да подобри отделителната дейност, да облекчи дишането и предменструалния синдром, да помогне при бебешките колики. Нейният ефект за преодоляване на функционални смущения на вътрешните органи е практически доказан в много случаи и е предмет на научни изследвания.

[Класически масаж](https://fullrelax.bg/%D0%BA%D0%BB%D0%B0%D1%81%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%B8-%D0%BC%D0%B0%D1%81%D0%B0%D0%B6.html)  
[Лечебен масаж при болка в гърба](https://fullrelax.bg/%D0%BC%D0%B0%D1%81%D0%B0%D0%B6-%D0%BF%D1%80%D0%B8-%D0%B1%D0%BE%D0%BB%D0%BA%D0%B8-%D0%B2-%D0%B3%D1%8A%D1%80%D0%B1%D0%B0.html)  
[Лечебен масаж при болка в кръста](https://fullrelax.bg/%D0%BC%D0%B0%D1%81%D0%B0%D0%B6-%D0%BF%D1%80%D0%B8-%D0%B1%D0%BE%D0%BB%D0%BA%D0%B8-%D0%B2-%D0%BA%D1%80%D1%8A%D1%81%D1%82%D0%B0.html)  
[Възстановителни масажи](https://fullrelax.bg/%D1%81%D0%BF%D0%BE%D1%80%D1%82%D0%BD%D0%BE-%D0%B2%D1%8A%D0%B7%D1%81%D1%82%D0%B0%D0%BD%D0%BE%D0%B2%D0%B8%D1%82%D0%B5%D0%BB%D0%B5%D0%BD-%D0%BC%D0%B0%D1%81%D0%B0%D0%B6.html)  
[Спортни масажи](https://fullrelax.bg/%D0%BC%D0%B0%D1%81%D0%B0%D0%B6-%D0%BF%D1%80%D0%B8-%D1%81%D0%BF%D0%BE%D1%80%D1%82%D0%BD%D0%B8-%D1%82%D1%80%D0%B0%D0%B2%D0%BC%D0%B8.html)  
[Релаксиращи и тонизиращи масажи](https://fullrelax.bg/%D1%80%D0%B5%D0%BB%D0%B0%D0%BA%D1%81%D0%B8%D1%80%D0%B0%D1%89-%D0%BC%D0%B0%D1%81%D0%B0%D0%B6.html)  
[Професионални масажи](https://fullrelax.bg/%D0%BC%D0%B0%D1%81%D0%B0%D0%B6%D0%BD%D0%B0-%D1%8F%D0%BA%D0%B0-%D0%B8-%D0%BC%D0%B0%D1%81%D0%B0%D0%B6-%D0%BD%D0%B0-%D0%B3%D0%BB%D0%B0%D0%B2%D0%B0.html)  
[Подарък (ваучер за масаж)](https://fullrelax.bg/component/virtuemart/promocionalen-vaucher-za-masaj-detail.html?Itemid=484)[Най-доброто място за Масажи в София](https://fullrelax.bg/%D0%BA%D0%BB%D0%B0%D1%81%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%B8-%D0%BC%D0%B0%D1%81%D0%B0%D0%B6.html)  
Масажи София