



СПЕЦИАЛНОСТ 02 · ВНС

Логопедия

Глас, реч и преглъщане: когато тялото се успокои, общуването потича.

16 КАРТИ

Какво модулира NESA (и какво не)

NESA не лекува и не изцелява нито едно от заболяванията, представени в тези карти. Нейната неинвазивна невромодуляция действа върху вегетативната нервна система (ВНС), за да помогне за облекчаване на симптомите, свързани с нейното нарушение — дизавтономията— което съпътства всяка клинична картина. Не замества диагнозата, медикаментите или преценката на специалиста: допълва ги.

С ПРОСТИ ДУМИ, ЗА ПАЦИЕНТА



Тялото ти е електрическо

Всеки удар на сърцето, всеки жест и всяка мисъл пътуват като малки електрически сигнали по нервите ти.



ВНС е твоят автопилот

Вегетативната нервна система управлява, без да се замисляш, сърцето, дишането, храносмилането и съня.



Има газ и спирачка

«Симпатиковата» те активира; «парасимпатиковата» те успокоява. Здравето е те да се редуват в точния момент.

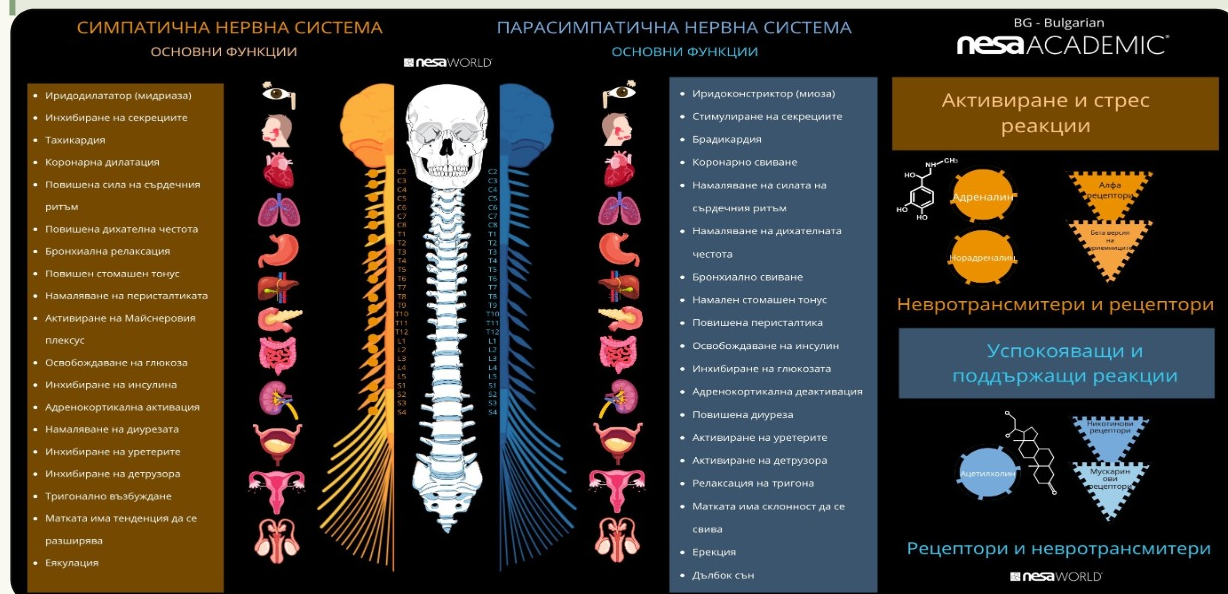


NESA говори този език

Много меки микротокове през ръцете и краката помагат на газта и спирачката да възстановят баланса си.



Безопасно и незабележимо. Без убождания и топлина: токът е толкова слаб, че остава под прага на усещане. Повечето хора не усещат нищо по време на сесията.



Основни функции на симпатиковата и парасимпатиковата система: физиологичната основа — ВНС — върху която действа невромодуляцията на NESA.

ИЗТОЧНИК Goldstein DS, Robertson D, Esler M, Straus SE, Eisenhofer G. *Dysautonomias: clinical disorders of the autonomic nervous system*. Ann Intern Med. 2002;137(9):753–763. · Thayer JF, Lane RD. *A model of neurovisceral integration in emotion regulation and dysregulation*. J Affect Disord. 2000;61(3):201–216.



Заекване при деца и нервната система

Детето ти знае какво иска да каже, но думите засядат.

1 ФАЗА 1 Разпознавате ли го?

- ✓ Повтаря срички или звукове
- ✓ „Засяда“ на дума
- ✓ Удължава звукове („мммама“)
- ✓ Напрежение в лицето или врата при говор
- ✓ Избягва да говори или определени думи
- ✓ Повече блокажи при нерви

„Знае ли какво иска да каже, но не му излиза?“

„Блокира ли повече при бързване или нерви?“

3 ФАЗА 3 Светофарът, стъпка по стъпка

- 1 Искане да говори и тялото се активира.
- 2 Думата засяда на червено.
- 3 Блокажът носи повече напрежение и страх от говорене.

и следващия път е по-трудно

4 ФАЗА 4 Как се включва NESA

Микротокове, **неинвазивни и безболезнени**, с електроди на ръцете и краката, помагат на нервната му система да активира отново „спирачката“.

По-спокойно тяло при говор позволява думите да излизат с по-малко блокажи.

2 ФАЗА 2 Какво се случва в нервната система

Представи си **светофар на думите, който остава на червено**. Невната му система има „газ“ и „спирачка“, които при говор не се координират навреме.

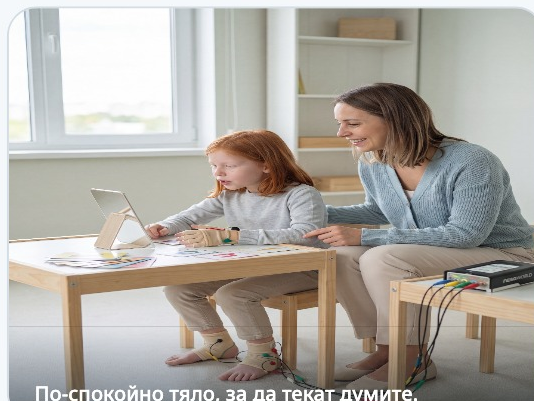
⚡ Газ

Симпатикус · включва се прекалено точно при говор.

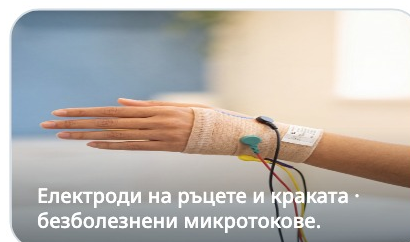
⏸ Спирачка

Парасимпатикус · не достига навреме: думата блокира.

При заекване **газта се задейства** точно когато думата излиза.



По-спокойно тяло, за да текат думите.



Електроди на ръцете и краката · безболезнени микротокове.

5 ФАЗА 5 С твоя логопед и какво можеш да усетиш

♥ С твоя логопед

NESA **не замества** твоя логопед: подготвя по-спокойно тяло, за да действат по-добре техниките му за плавност.

✓ Какво можеш да усетиш

- ✓ Повече спокойствие при говор
- ✓ По-малко блокажи
- ✓ Повече увереност

Резултатите се различават при всеки човек.



Забавяне на речт а и нервнат а сист ема

На детето ти му е трудно да разбира и да свързва думи като другите деца на неговата възраст.

1 ФАЗА 1 Разпознавате ли го?

- ✓ Казва по-малко думи от очакваното
- ✓ Кратки или неясни изречения
- ✓ Трудно се съсредоточава в дейността
- ✓ Трудно разбира какво му се иска
- ✓ Фрустрира се, когато не успява да се разбере
- ✓ Изглежда „в своя свят“ при шум

„ Трудно ли следва това, което му казваш?

„ Разсейва ли се много при шум наоколо?

3 ФАЗА 3 Защо ученето е трудно

- 1 Тялото е силно активирано (много шум).
- 2 Трудно е да внимаваш и слушаш добре.
- 3 Влиза по-малко нов език.

4 ФАЗА 4 Как се включва NESA

Микротокове, **неинвазивни и безболезнени**, с електроди на ръцете и краката, помагат на нервната му система да намали този фонов шум.

~ С по-малко вътрешен шум е **по-достъпно да внимава и да учи** в сесиите.

2 ФАЗА 2 Какво се случва в нервната система

Представи си **радио, което трудно се настройва сред шума**. Когато тялото е силно активирано, този „шум“ заглушава сигнала на езика.



Газ

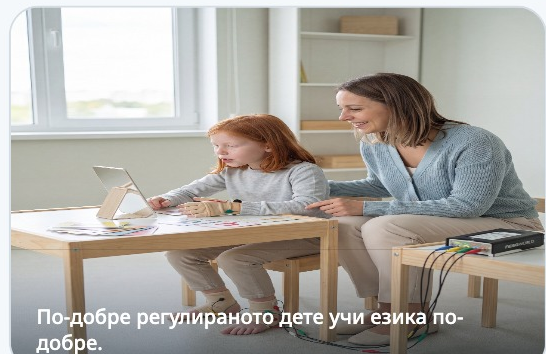
Симпатикус · висока активация: много фонов шум.



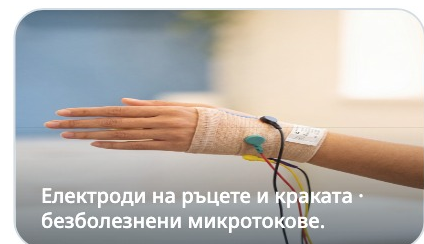
Спирачка

Парасимпатикус · ако се включи, шумът намалява и вниманието е по-добро.

При толкова вътрешен шум е **трудно да внимаваш, да слушаш и да учиш** езика спокойно.



По-добре регулираното дете учи езика по-добре.



Електроди на ръцете и краката · безболезнени микротокове.

5 ФАЗА 5 С твоя логопед и какво можеш да усетиш

♥ С твоя логопед

NESA **не замества** твоя логопед: по-добре регулираното дете използва по-добре стимулацията на езика.

✓ Какво можеш да усетиш

- ✓ Повече внимание
 - ✓ Повече желание за общуване
 - ✓ По-добро усвояване
- Резултатите се различават при всеки човек.



Затруднена артикулация и нервната система

Детето ти заменя или „гълта“ звукове и трудно се разбира.

1 ФАЗА 1 Разпознавате ли го?

- ✓ Заменя едни звукове с други
- ✓ „Гълта“ букви или срички
- ✓ Трудно се разбира какво казва
- ✓ Усилие или напрежение при изговор
- ✓ Уморява се при много говорене
- ✓ Срамува се да повтаря

„Трудно ли го разбират външни хора?“

„Напряга ли устата при говор?“

2 ФАЗА 2 Какво се случва в нервната система

Представи си **оркестъра на устата, който свири фалшиво**. Напрежението сковава устните и езика и ги разкоординира.



Газ

Симпатикус · напрежение, което сковава устните и езика.



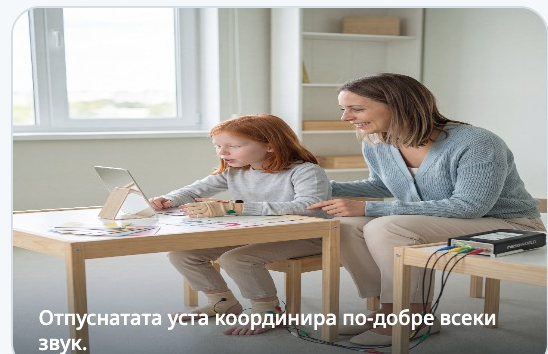
Спирачка

Парасимпатикус · отпуска и позволява координация на движенията.

При напрегната уста „музикантите“ не свирят навреме и звукът излиза фалшив.

3 ФАЗА 3 Как се разстройва звукът

- 1 Напрежението **сковава** устните и езика.
- 2 Движенията се **разкоординират**.
- 3 Звукът излиза **променен или неясен**.

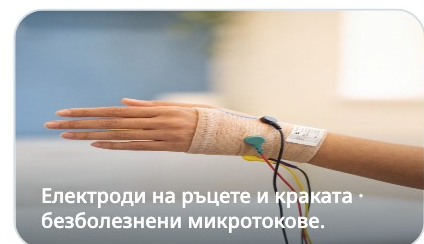


Отпуснатата уста координира по-добре всеки звук.

4 ФАЗА 4 Как се включва NESA

Микротокове, **неинвазивни и безболезнени**, с електроди на ръцете и краката, помагат на нервната му система да отпусне това напрежение.

С по-отпусната уста **координира по-добре говорните движения**, които тренира с логопеда.



Електроди на ръцете и краката · безболезнени микротокове.

5 ФАЗА 5 С твоя логопед и какво можеш да усетиш

С твоя логопед

NESA **не замества** твоя логопед: артикулационната практика дава повече при отпуснатото тяло.

✓ Какво можеш да усетиш

- ✓ По-ясна реч
 - ✓ По-малко усилие
 - ✓ По-лесен за разбиране
- Резултатите се различават при всеки човек.



Говорна апраксия и нервната система

Детето ти знае думата, но устата му не успява да направи движението.

1 ФАЗА 1 Разпознавате ли го?

- ✓ Знае какво да каже, но не му излиза
- ✓ Опипом търси позицията на устата
- ✓ Казва думата различно всеки път
- ✓ Повече грешки при дълги думи
- ✓ Голямо усилие при говор
- ✓ Фрустрира се и опитва отново

„Една и съща дума ли излиза различно всеки път?“

„Изглежда ли, че устата му „търси“ как да се намести?“

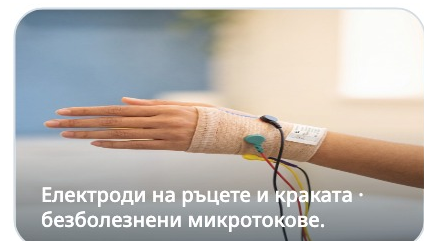
3 ФАЗА 3 Пътят на говора

- 1 Мозъкът **планира** движението.
- 2 Претоварването кара пътя да се **колебае**.
- 3 Думата излиза **различна или наполовина**.

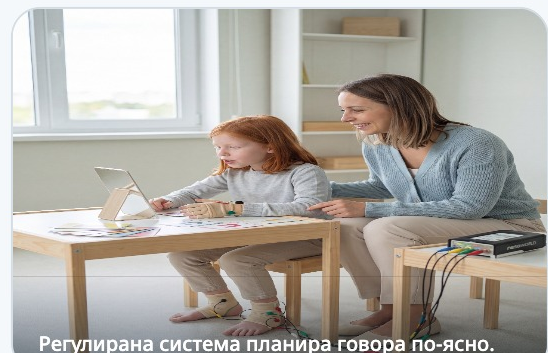
4 ФАЗА 4 Как се включва NESA

Микротокове, **неинвазивни и безболезнени**, с електроди на ръцете и краката, помагат на нервната му система да е добре регулирана.

~ По-добре регулирано, **планира и повтаря по-добре движенията**, които тренира с логопеда.



Електроди на ръцете и краката · безболезнени микротокове.



Регулирана система планира говора по-ясно.

5 ФАЗА 5 С твоя логопед и какво можеш да усетиш

♥ С твоя логопед

NESA **не замества** твоя логопед: моторната говорна терапия е основата; NESA съпровожда регулацията.

✓ Какво можеш да усетиш

- ✓ По-постоянни движения
 - ✓ По-малко фрустрация
 - ✓ По-добър напредък
- Резултатите се различават при всеки човек.



Затруднено преглъщане и нервната система

На детето ти му е трудно да преглъща или яде безопасно; храненето е напрежение.

1 ФАЗА 1 Разпознавате ли го?

- ✓ Трудно преглъща определени текстури
- ✓ Много дълго хранене или отказ
- ✓ Малко разнообразие на храни
- ✓ Кашля или се задавя при хранене
- ✓ Напрежение и плач на масата
- ✓ Страх да опита нови неща

„Преживява ли се храненето с напрежение?“

„Често ли кашля или се задавя при преглъщане?“

3 ФАЗА 3 Защо засяда

- 1 Тялото е **нащрек** пред храната.
- 2 „Спирачката“ на преглъщането не се **включва** добре.
- 3 Преглъщането става **трудно и несигурно**.

4 ФАЗА 4 Как се включва NESA

Микротокове, **неинвазивни и безболезнени**, с електроди на ръцете и краката, помагат на нервната му система да отстъпи място на „спирачката“.

~ С действаща спирачка **посреща храната по-спокойно и координирано**.

2 ФАЗА 2 Какво се случва в нервната система

Представи си **асансьор на преглъщането, който засяда**. Преглъщането се координира най-вече от „спирачката“; ако командва „газта“, заяжда.

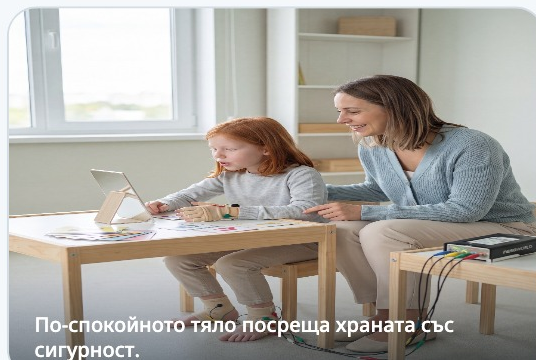
⚡ Газ

Симпатикус · нащрек и напрежение: асансьорът засяда.

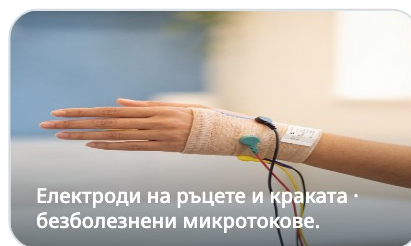
⏸ Спирачка

Парасимпатикус (вагус) · координира плавно преглъщане.

Когато командва напрежението, **прегъщането губи координация** и храната плаши.



По-спокойното тяло посреща храната със сигурност.



Електроди на ръцете и краката · безболезнени микротокове.

5 ФАЗА 5 С твоя логопед и какво можеш да усетиш

♥ С твоя логопед

NESA **не замества** твоя логопед: терапията на преглъщане и хранене е основата; NESA съпровожда спокойствието.

✓ Какво можеш да усетиш

- ✓ По-спокойно хранене
 - ✓ По-добра координация при преглъщане
 - ✓ По-малко напрежение
- Резултатите се различават при всеки човек.



Лигавене и нервната система

Детето ти се лигави много и това му пречи и го отличава социално.

1 ФАЗА 1 Разпознават ли го?

- ✓ Лигави се през деня
- ✓ Брадичката или дрехите постоянно мокри
- ✓ Трудно затваря добре устните
- ✓ Устата често отворена
- ✓ Раздразнение на кожата
- ✓ Социален дискомфорт

„Често ли има мокра брадичка или дрехи?“

„Трудно ли държи устните затворени?“

3 ФАЗА 3 Защо капе

- 1 Нервната система е **разстроена**.
- 2 Контролът на слюнката **се отпуска прекалено**.
- 3 Появяват се **лигавене** и дискомфорт.

4 ФАЗА 4 Как се включва NESA

Микротокове, **неинвазивни и безболезнени**, с електроди на ръцете и краката, помагат на нервната му система да се регулира по-добре.

~ По-добрата регулация може да допринесе за **по-точен контрол на слюнката**.

2 ФАЗА 2 Какво се случва в нервната система

Представи си **кран, който капе**. Слюнката се регулира от нервната система; когато е разстроена, кранът остава по-отворен.

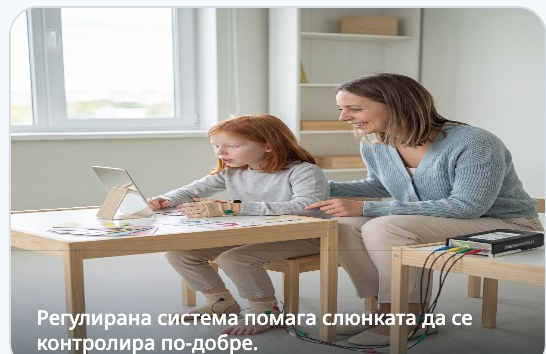
⚡ Газ

Симпатикус · разстройство в контрола на слюнката.

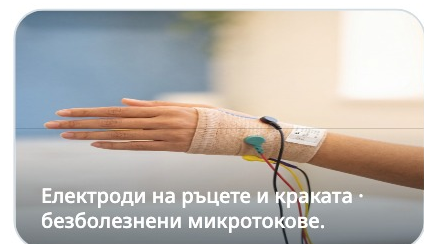
⏸ Спирачка

Парасимпатикус · помага за по-точен контрол.

При разстроена система „кранът“ остава по-отворен от необходимото.



Регулирана система помага слюнката да се контролира по-добре.



Електроди на ръцете и краката · безболезнени микротокове.

5 ФАЗА 5 С твоя логопед и какво можеш да усетиш

♥ С твоя логопед

NESA **не замества** твоя логопед: упражненията за затваряне на устните и орален контрол остават основата.

✓ Какво можеш да усетиш

- ✓ По-малко лигавене
 - ✓ По-добро затваряне на устните
 - ✓ Повече комфорт
- Резултатите се различават при всеки човек.



Дрезгав глас и нервната система

Детето ти често преграква и насилва гласа при говор или вик.

1 ФАЗА 1 Разпознавате ли го?

- ✓ Често дрезгав или груб глас
- ✓ Вика много при игра
- ✓ Прокашля се или гърлото го дразни
- ✓ Насилва гласа при говор
- ✓ Остава без глас в края на деня
- ✓ Глас, който заглъхва

„ Често ли преграква?

„ Насилва ли или стяга гласа при говор?

3 ФАЗА 3 Как се насилва гласът

- 1 Напрежението **стяга** гласните струни.
- 2 Гласът излиза **насилен и груб**.
- 3 Гърлото **се натоварва** и се появява дрезгавостта.

4 ФАЗА 4 Как се включва NESA

Микротокове, **неинвазивни и безболезнени**, с електроди на ръцете и краката, помагат на нервната му система да отпусне това базово напрежение.

~ С по-малко напрежение **гласът излиза по-лесно**, докато логопедът преобучава гласовата употреба.

2 ФАЗА 2 Какво се случва в нервната система

Представи си **прекалено опъната китарна струна**. Напрежението стяга гласните струни и гласът излиза насилен.



Газ

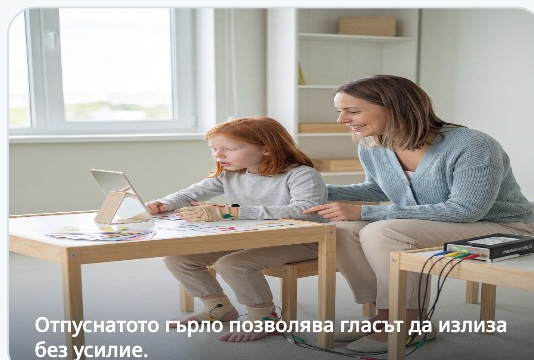
Симпатикус · напрежение, което стяга гласните струни.



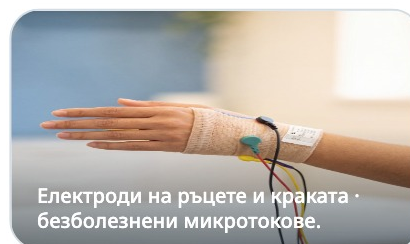
Спирачка

Парасимпатикус · отпуска и дава по-свободен глас.

При напрегнато гърло **гласът излиза груб** и се натоварва.



Отпуснатото гърло позволява гласът да излиза без усилие.



Електроди на ръцете и краката · безболезнени микротокове.

5 ФАЗА 5 С твоя логопед и какво можеш да усетиш

♥ С твоя логопед

NESA **не замества** твоя логопед: преобучението на гласа и гласовите навици са основата.

✓ Какво можеш да усетиш

- ✓ По-малко дрезгав глас
- ✓ По-малко усилие при говор
- ✓ По-комфортно гърло

Резултатите се различават при всеки човек.



Комуникация при аут изъм и нервната система

На детето ти му е трудно да общува и понякога светът го залива.

1 ФАЗА 1 Разпознавате ли го?

- ✓ Трудно започва комуникация
- ✓ Пренасища се от шум или светлина
- ✓ Залива се и трудно се успокоява
- ✓ Трудно внимава при много стимули
- ✓ По-малко контакт или обмен
- ✓ Нуждае се от рутини, за да е спокоен

„Лесно ли се залива, когато наоколо има много?“

„Трудно ли внимава и общува, когато е пренаситен?“

2 ФАЗА 2 Какво се случва в нервната система

Представи си **силата на звука на света до краен предел**. „Газта“ нащрек усилва сетивната сила на звука и остава малко място за общуване.



Газ

Симпатикус · усилва сетивната „сила на звука“; пренасищане.



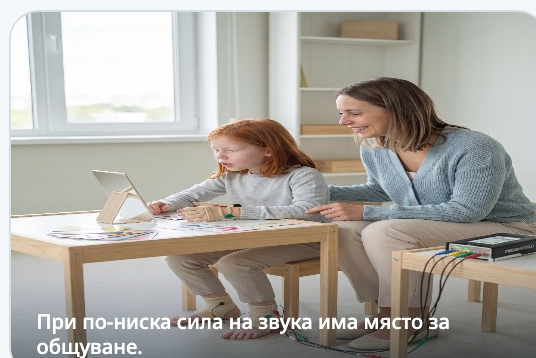
Спирачка

Парасимпатикус · намалява силата на звука и остава място за общуване.

При толкова висока сила на звука остава малко място за внимание и общуване.

3 ФАЗА 3 Когато светът усилва звука

- 1 Средата усилва сетивната сила на звука.
- 2 Тялото влиза в нащрек (заливане).
- 3 Остава малко място за общуване.

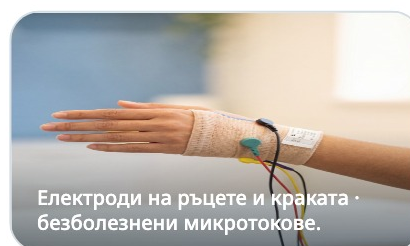


При по-ниска сила на звука има място за общуване.

4 ФАЗА 4 Как се включва NESA

Микротокове, **неинвазивни и безболезнени**, с електроди на ръцете и краката, помагат на нервната му система да намали тази базова сила на звука.

~ По-добре регулирано, е по-достъпно да общува и да учи с логопеда.



Електроди на ръцете и краката · безболезнени микротокове.

5 ФАЗА 5 С твоя логопед и какво можеш да усетиш

♥ С твоя логопед

NESA **не замества** твоя логопед: работата върху комуникацията и езика остава основата.

✓ Какво можеш да усетиш

- ✓ Повече регулация
 - ✓ По-голяма готовност за общуване
 - ✓ По-малко заливания
- Резултатите се различават при всеки човек.



Затруднено преглъщане и това е нервна система

Преглъщането става трудно и несигурно; страхуваш се да не се задавиш.

1 ФАЗА 1 Познаваш ли се?

- ✓ Трудно преглъщаш течности или твърди храни
- ✓ Кашлица или задавяне при хранене
- ✓ Усещане, че храната засяда
- ✓ Дълго и изтощително хранене
- ✓ Страх да не се задавиш
- ✓ Избягваш определени храни

„Страхуваш ли се да не се задавиш при хранене?“

„Усещаш ли, че храната засяда при преглъщане?“

2 ФАЗА 2 Какво се случва в нервната система

Представи си **асансьор на преглъщането, останал без сила**. Преглъщането зависи много от „спирачката“ (вагуса).

⚡ Газ

Симпатикус · напрежение, което отнема координацията на преглъщането.

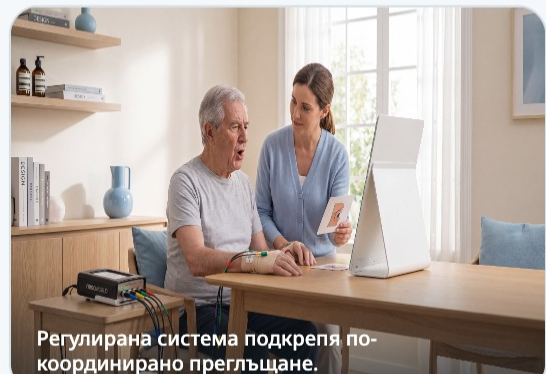
⏸ Спирачка

Парасимпатикус (вагус) · координира по-безопасно преглъщане.

Регулирането на нервната система може да **подкрепи по-координирано преглъщане**.

3 ФАЗА 3 Защо преглъщането е трудно

- 1 Неврологичното увреждане **разкоординира** преглъщането.
- 2 „Спирачката“ на преглъщането **идва с по-малко сила**.
- 3 Преглъщането става **бавно и несигурно**.

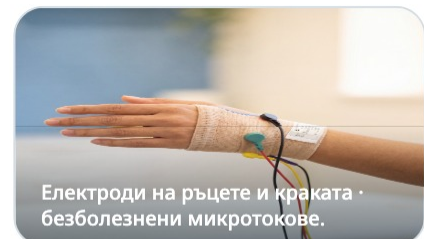


Регулирана система подкрепя по-координирано преглъщане.

4 ФАЗА 4 Как се включва NESA

Микротокове, **неинвазивни и безболезнени**, с електроди на ръцете и краката, помагат на нервната ти система да възстанови регулацията.

~ По-голяма регулация може да допринесе за **по-добра координация при преглъщане**, в подкрепа на логопеда ти.



Електроди на ръцете и краката · безболезнени микротокове.

5 ФАЗА 5 С твоя логопед и какво можеш да усетиш

♥ С твоя логопед

NESA **не замества** твоя логопед: терапията на преглъщане (маневри, текстури, упражнения) е основата.

✓ Какво можеш да усетиш

- ✓ По-координирано преглъщане
 - ✓ По-безопасно хранене
 - ✓ По-малко усилие
- Резултатите се различават при всеки човек.



Затруднена артикулация и това е нервна система

Говориш по-бавно или те разбират по-зле; устата не реагира както преди.

1 ФАЗА 1 Познаваш ли се?

- ✓ Бавна или провлачена реч
- ✓ Тих или монотонен глас
- ✓ Молят те да повториш
- ✓ Трудно вокализиране
- ✓ Умораваш се при говор
- ✓ Слабо подвижни уста и език

„Често ли те молят да повториш?“

„Уморява ли те говоренето повече от преди?“

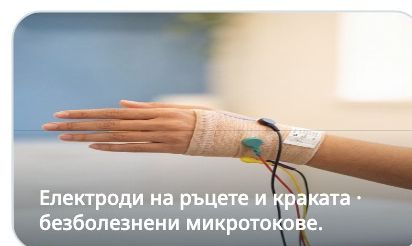
3 ФАЗА 3 Защо артикулацията е трудна

- 1 Сигналът мозък→уста идва **слаб**.
- 2 Мускулите реагират **бавно**.
- 3 Речта излиза **по-неясна и нестабилна**.

4 ФАЗА 4 Как се включва NESA

Микротокове, **неинвазивни и безболезнени**, с електроди на ръцете и краката, помагат на нервната ти система да е по-добре регулирана.

~ По-добре регулиран, подкрепяш **контрола и издръжливостта на говора**, които тренираш в терапия.



Електроди на ръцете и краката · безболезнени микротокове.

2 ФАЗА 2 Какво се случва в нервната система

Представи си **дистанционно с изтощени батерии**. Говорните мускули реагират бавно или некоординирано.



Газ

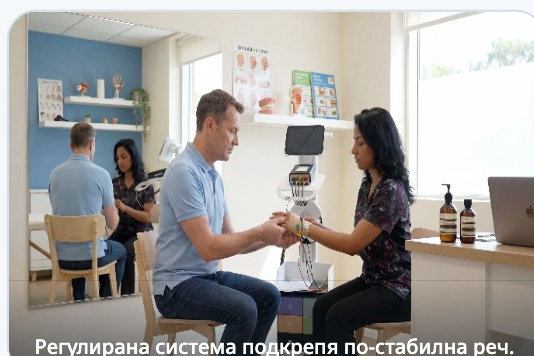
Симпатикус · напрежение и умора, които отнемат контрола.



Спирачка

Парасимпатикус · регулирана система подкрепя двигателния контрол.

По-добре регулирана система **подкрепя по-добър контрол на говора**, докато тренираш в терапия.



Регулирана система подкрепя по-стабилна реч.

5 ФАЗА 5 С твоя логопед и какво можеш да усетиш

♥ С твоя логопед

NESA **не замества** твоя логопед: упражненията за артикулация, дишане и глас са основата.

✓ Какво можеш да усетиш

- ✓ Малко по-ясна реч
- ✓ По-стабилен глас
- ✓ По-малко умора при говор

Резултатите се различават при всеки човек.



Афазия и твоят нервна система

Знаеш какво искаш да кажеш, но не намираш думите.

1 ФАЗА 1 Познаваш ли се?

- ✓ Знаеш идеята, но не и думата
- ✓ Сменяш или смесваш думи
- ✓ Трудно разбираш дълги изречения
- ✓ Фрустрация при общуване
- ✓ Блокираш при бързани или нерви
- ✓ Трудно четеш или пишеш

„Често ли думата ти е „на върха на езика“?

„Блокираш ли повече, когато се изнервиш?

3 ФАЗА 3 Мостът в ремонт

- 1 Ясна ти е идеята.
- 2 Стресът прекъсва ленти към думата.
- 3 Думата не идва или излиза променена.

4 ФАЗА 4 Как се включва NESa

Микротокове, **неинвазивни и безболезнени**, с електроди на ръцете и краката, помагат на нервната ти система да намали стреса.

С по-малко стрес **посрещаш езиковата терапия с по-добра нагласа** за преучене.

2 ФАЗА 2 Какво се случва в нервната система

Представи си **мост на думите в ремонт**. Стресът „затваря ленти“ между идеята и думата.



Газ

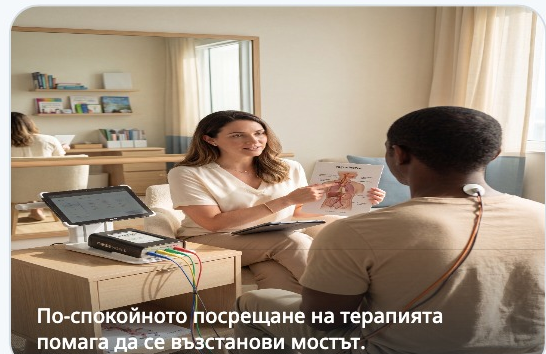
Симпатикус · стресът затваря лентите на моста.



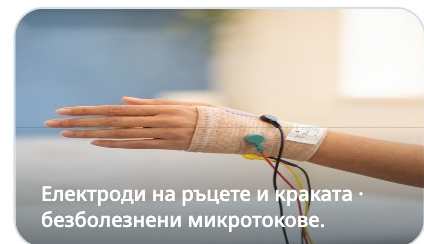
Спирачка

Парасимпатикус · в спокойствие рехабилитацията възстановява по-добре.

С по-малко стрес **посрещаш езиковата терапия по-спокойно** и с по-добра нагласа.



По-спокойното посрещане на терапията помага да се възстанови мостът.



Електроди на ръцете и краката · безболезнени микротокове.

5 ФАЗА 5 С твоя логопед и какво можеш да усетиш

С твоя логопед

NESa **не замества** твоя логопед: езиковата рехабилитация е основата, която възстановява моста.

✓ Какво можеш да усетиш

- ✓ Повече спокойствие в терапията
 - ✓ По-малко фрустрация
 - ✓ По-добра нагласа
- Резултатите се различават при всеки човек.



Напрегнат или уморен глас и т воят а нервна сист ема

Гласът ти се уморява, заглъхва или преграква, особено при стрес.

1 ФАЗА 1 Познаваш ли се?

- ✓ Глас, който се уморява или заглъхва
- ✓ Дрезгавост в края на дения
- ✓ Усилие или стягане при говор
- ✓ Напрегнато гърло или буца в гърлото
- ✓ Често прокашляне
- ✓ По-зле при стрес

„ Гласът ти влошава ли се, когато си стресиран?

„ Усещаш ли стегнато гърло при говор?

2 ФАЗА 2 Какво се случва в нервната система

Представи си *прекалено опъната струна*. Стресът държи „газта“ високо и напъва ларинкса.



Газ

Симпатикус · стрес, който напъва ларинкса.



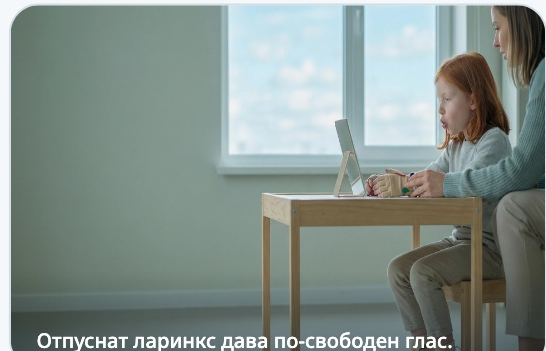
Спирачка

Парасимпатикус · отпусна напрежението и освобождава гласа.

При напрегнат ларинкс **гласът излиза стегнат** и се уморява.

3 ФАЗА 3 Как се напъва гласът

- 1 Стресът усилва **газта**.
- 2 Ларинксът се **напъва**.
- 3 Гласът излиза **стегнат** и се уморява.

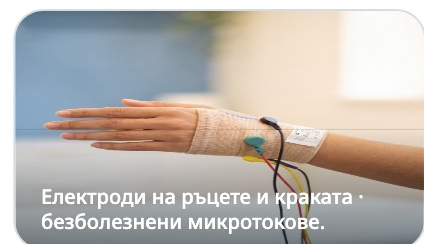


Отпуснат ларинкс дава по-свободен глас.

4 ФАЗА 4 Как се включва NESA

Микротокове, **неинвазивни и безболезнени**, с електроди на ръцете и краката, помагат на нервната ти система да активира „спирачката“ и да отпусне напрежението в ларинкса.

С по-отпуснат ларинкс **гласът излиза по-лесно**, докато логопедът преобучава техниката ти.



Електроди на ръцете и краката · безболезнени микротокове.

5 ФАЗА 5 С твоя логопед и какво можеш да усетиш

С т воя логопед

NESA **не замества** твоя логопед: гласовата реедукация и хигиената на гласа са основата.

✓ Какво можеш да усетиш

- ✓ По-малко насилан глас
 - ✓ По-малко гласова умора
 - ✓ По-комфортно гърло
- Резултатите се различават при всеки човек.



Професионален глас и твоят нервна система

Използваш гласа цял ден и накрая той се изтощава или изчезва.

1 ФАЗА 1 Познаваш ли се?

- ✓ Глас, който се изтощава в края на деня
- ✓ Повтаряща се афония или дрезгавост
- ✓ Усилие да проектираш гласа
- ✓ Сухо или натоварено гърло
- ✓ Усещаш гласа „на предела“
- ✓ По-зле в периоди на стрес

„Изтощава ли се гласът ти в края на работния ден?“

„Често ли имаш афония или дрезгавост?“

2 ФАЗА 2 Какво се случва в нервната система

Представи си **двигател на гласа, който прегрява**. Интензивната употреба и постоянното напрежение го „загряват“ без паузи за спирачка.



Газ

Симпатикус · интензивна употреба и напрежение: гласът се загрява.



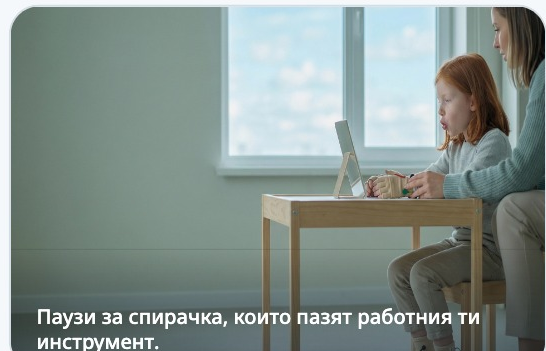
Спирачка

Парасимпатикус · паузи за спирачка, които „охлаждат“ напрежението.

Без паузи за спирачка гласът се уморява и наранява.

3 ФАЗА 3 Как прегрява

- 1 Интензивна употреба на гласа, без паузи.
- 2 Напрежението „загрява“ ларинкса.
- 3 Гласът се изтощава или изчезва.

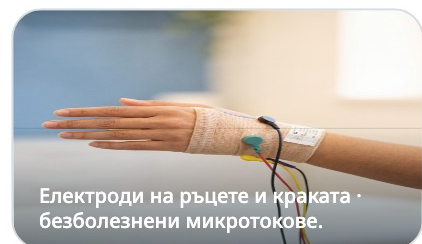


Паузи за спирачка, които пазят работния ти инструмент.

4 ФАЗА 4 Как се включва NESA

Микротокове, **неинвазивни и безболезнени**, с електроди на ръцете и краката, помагат на нервната ти система да възстанови паузите за спирачка.

Тези паузи помагат да се „охлади“ гласовото напрежение и да се пази гласът заедно с техниката ти.



Електроди на ръцете и краката · безболезнени микротокове.

5 ФАЗА 5 С твоя логопед и какво можеш да усетиш

С твоя логопед

NESA **не замества** твоя логопед: гласовата техника, загрявката и хигиената на гласа са основата.

✓ Какво можеш да усетиш

- ✓ Глас, който издържа повече
- ✓ По-малко умора в края на деня
- ✓ По-малко афония

Резултатите се различават при всеки човек.



Заекване и твоят нервна система

Преди дори да заговориш, се страхуваш да не блокираш, а това те блокира повече.

1 ФАЗА 1 Познаваш ли се?

- ✓ Повтаряш или удължаваш звукове
- ✓ Напрежение при очакване на говора
- ✓ Повече блокажи под напрежение
- ✓ Блокажи при започване на говор
- ✓ Избягваш думи или ситуации
- ✓ Умора от „постоянното внимание“

„ Страхуваш ли се да блокираш още преди да заговориш?

„ Избягваш ли обаждания или определени думи?

2 ФАЗА 2 Какво се случва в нервната система

Представи си *светофара на думите и страха, че ще заседне*. Очакването задейства „газта“ преди да заговориш.



Газ

Симпатикус · изпреварваща нащрек преди говор.



Спирачка

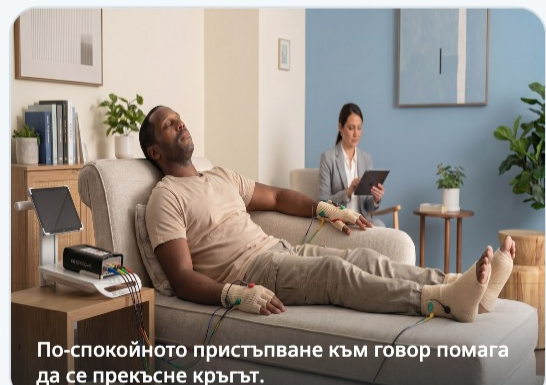
Парасимпатикус · спокойствие, за да говориш по-свободно.

Изпреварващото напрежение прави блокажа по-вероятен: кръг на страха.

3 ФАЗА 3 Кръгът на страха

- 1 Очакваш блокажа и се напъгаш.
- 2 Напрежението благоприятства блокажа.
- 3 Блокажът подхранва повече страх.

и се повтаря следващия път

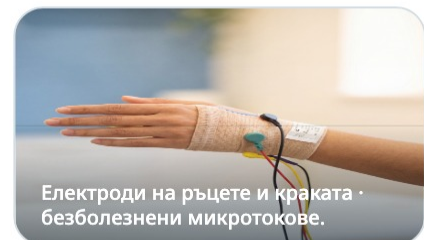


По-спокойното пристъпване към говор помага да се прекъсне кръгът.

4 ФАЗА 4 Как се включва NESA

Микротокове, **неинвазивни и безболезнени**, с електроди на ръцете и краката, помагат на нервната ти система да намали тази изпреварваща активация.

С по-малко активация **пристъпваш към говор по-спокойно** и прекъсваш кръга заедно с логопеда.



Електроди на ръцете и краката · безболезнени микротокове.

5 ФАЗА 5 С твоя логопед и какво можеш да усетиш

С твоя логопед

NESA **не замества** твоя логопед: техниките за плавност и работата върху избягването са основата.

✓ Какво можеш да усетиш

- ✓ По-малко изпреварващо напрежение
 - ✓ Повече плавност
 - ✓ Повече увереност при говор
- Резултатите се различават при всеки човек.



Орофациално напрежение и твоята нервна система

Стискаш или скърцаш със зъби, дишаш през устата и имаш напрежение в челюстта.

1 ФАЗА 1 Познаваш ли се?

- ✓ Стискаш или скърцаш със зъби
- ✓ Напрегната или болезнена челюст
- ✓ Дишаш през устата
- ✓ Напрежение в лицето и врата
- ✓ Език в неправилна позиция
- ✓ По-зле при стрес или нощем

„Усещаш ли челюстта напрегната или болезнена?“

„Стискаш ли или скърцаш със зъби, особено при стрес?“

2 ФАЗА 2 Какво се случва в нервната система

Представи си **челюстта като свит юмрук**. Постоянният стрес „свива юмрука“: стискане, скърцане, орофациално напрежение.

⚡ Газ

Симпатикус · постоянен стрес, който „свива юмрука“.

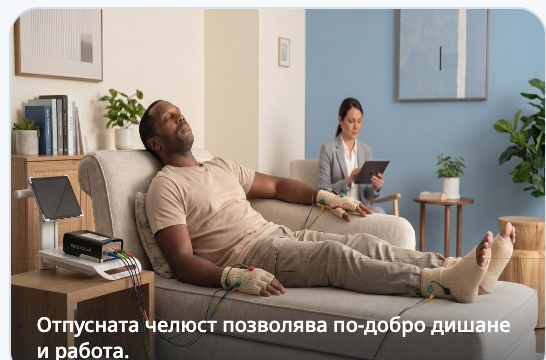
⏸ Спирачка

Парасимпатикус · отпуска и отваря челюстта.

При висока „газ“ орофациалното напрежение се поддържа ден и нощ.

3 ФАЗА 3 Как се свива юмрукът

- 1 Стресът поддържа газа висока.
- 2 Челюстта се стяга (свит юмрук).
- 3 Появяват се бруксизъм и орофациално напрежение.

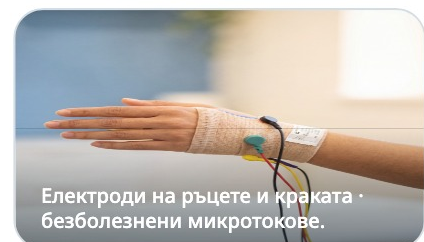


Отпусната челюст позволява по-добро дишане и работа.

4 ФАЗА 4 Как се включва NESA

Микротокове, **неинвазивни и безболезнени**, с електроди на ръцете и краката, помагат на нервната ти система да активира „спирачката“.

С активна спирачка **орофациалното напрежение намалява** и миофункционалната работа дава повече.



Електроди на ръцете и краката · безболезнени микротокове.

5 ФАЗА 5 С твоя логопед и какво можеш да усетиш

♥ С твоя логопед

NESA **не замества** твоя логопед: миофункционалните упражнения (език, устни, носово дишане) са основата.

✓ Какво можеш да усетиш

- ✓ По-малко стискане и скърцане
 - ✓ По-отпусната челюст
 - ✓ По-добро носово дишане
- Резултатите се различават при всеки човек.



Тих глас при Паркинсон и т воят а нервна сист ема

Гласът ти стана много тих; постоянно те молят да повтаряш.

1 ФАЗА 1 Познаваш ли се?

- ✓ Много тих или слаб глас
- ✓ Молят те да повториш
- ✓ Монотонен или приглушен глас
- ✓ Не усещаш колко спада
- ✓ Уморяваш се да проектираш гласа
- ✓ Трудно те чуват в група

„ Често ли те молят да говориш по-високо?

„ Мислиш, че говориш нормално, но не те чуват?

2 ФАЗА 2 Какво се случва в нервната система

Представи си *силата на гласа, останала намалена*. Сковаността при Паркинсон я понижава и трудно се усеща.



Гас
Симпатикус · скованост и дисавтономия, които отнемат интензивността.

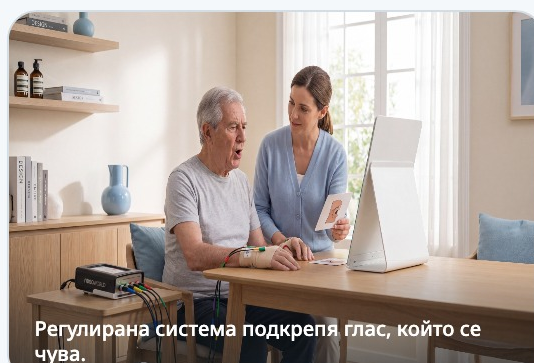


Спирачка
Парасимпатикус · регулирана система подкрепя гласовото усилие.

Регулирането на нервната система **подкрепя работата върху гласа и интензивността**.

3 ФАЗА 3 Защо силата на звука спада

- 1 Сковаността **понижава интензивността** на гласа.
- 2 Тялото **не усеща** колко спада.
- 3 Говориш тихо, **без да осъзнаваш**.

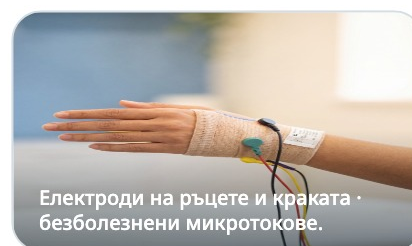


Регулирана система подкрепя глас, който се чува.

4 ФАЗА 4 Как се включва NESA

Микротокове, **неинвазивни и безболезнени**, с електроди на ръцете и краката, помагат на нервната ти система да е по-добре регулирана.

~ По-добре регулиран, подкрепяш **гласовото усилие и издръжливостта**, които тренираш с логопеда.



Електроди на ръцете и краката · безболезнени микротокове.

5 ФАЗА 5 С твоя логопед и какво можеш да усетиш

♥ С т воя логопед

NESA **не замества** твоя логопед: интензивната терапия за глас и интензивност (тип LSVT) е основата.

✓ Какво можеш да усетиш

- ✓ Малко по-чуваем глас
 - ✓ По-малко гласова умора
 - ✓ По-добро постоянство
- Резултатите се различават при всеки човек.*



***Модулираме вегетативната нервна система .
Всичко останало е следствие .***

Неинвазивна невромодуляция на вегетативната нервна система. Един
корен, много клинични изражения.

nesaWORLD®

www.nesa.world

NESA XSIGNAL® · Медицинско изделие. Тези карти са помощен материал за клинична комуникация и не
представяват медицински съвет или твърдение за ефикасност по показание. Употреба под
наблюдението на здравен специалист.