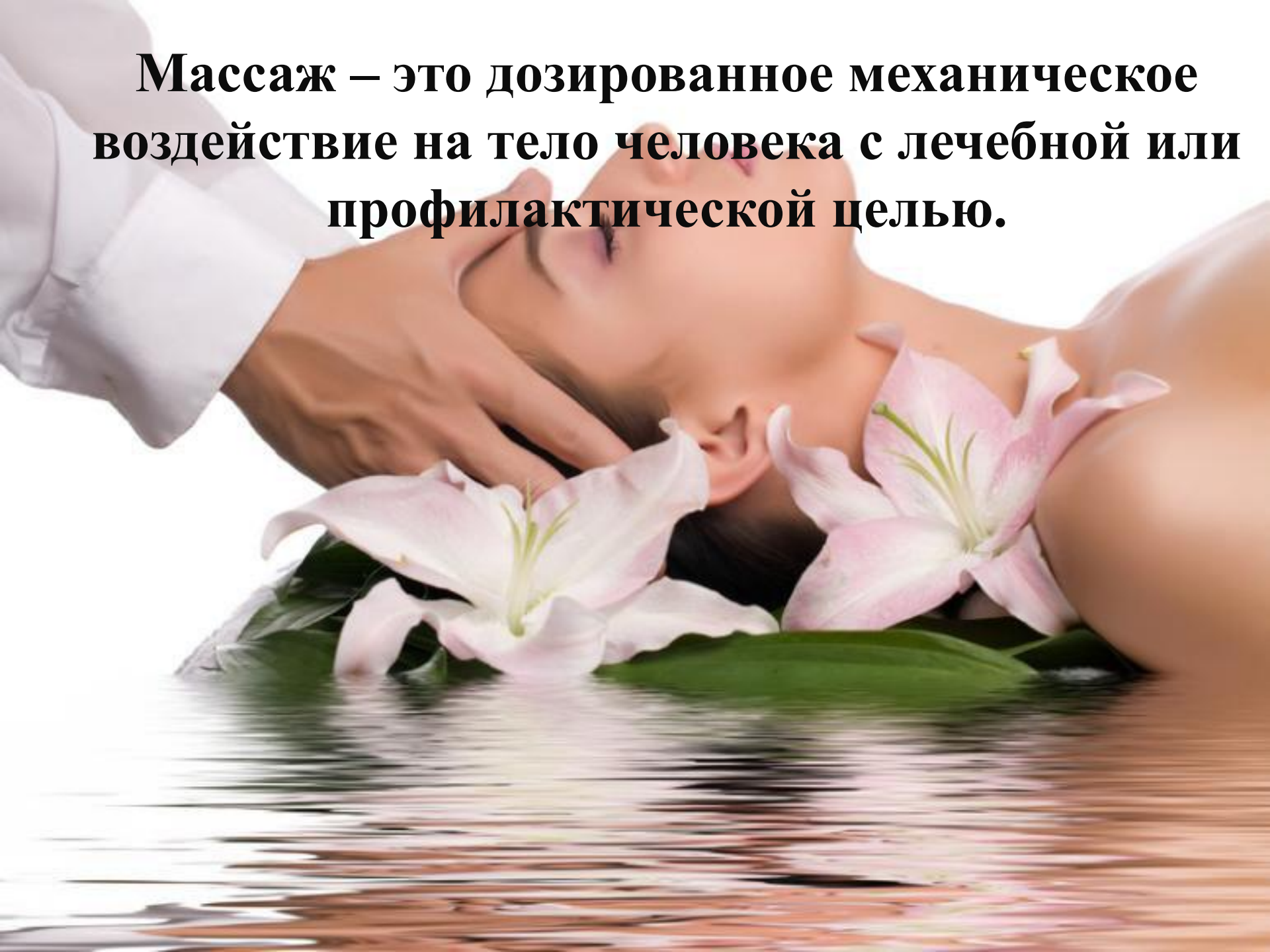



ПРАКТИЧЕСКИЙ МАССАЖ.



Основы массажа

Массаж – это дозированное механическое воздействие на тело человека с лечебной или профилактической целью.





Лимфа – жидкость близкая по составу к плазме крови – вместе с венозной системой осуществляет дренаж тканевой жидкости в органах: выводит избыток межтканевой жидкости, продукты обмена

Физиологическое влияние массажа на организм.

- ▣ *Сосуды расширяются*
- ▣ *Повышается трофика (питание) тканей*
- ▣ *Усиливается обмен веществ*
- ▣ *Выводятся продукты обмена*
- ▣ *Раскрываются резервные капилляры*
- ▣ *Усиливается отток венозной крови и лимфы*
- ▣ *Улучшается упругость и эластичность кожи*
- ▣ *Действует успокаивающе на нервную систему*
- ▣ *Повышает кровоснабжение мягких тканей*

- Стимулирует очаг торможения в коре головного мозга
- Повышает проводимость нервных импульсов по волокну
- Уменьшается нервное утомление
- Ускоряет регенерацию нервных волокон
- Повышает проводимость нервных импульсов по нерву
- Снимает утомление и повышает умственную и физическую работоспособность
- Увеличивается дренажная функция легких (отхождение мокроты)

- ▣ Стимулирует дыхательную мускулатуру
- ▣ Быстрее рассасывается воспалительный экссудат а плевральной полости и в бронхах
- ▣ Под действием массажа образуется гистамин, ацетилхолин и другие

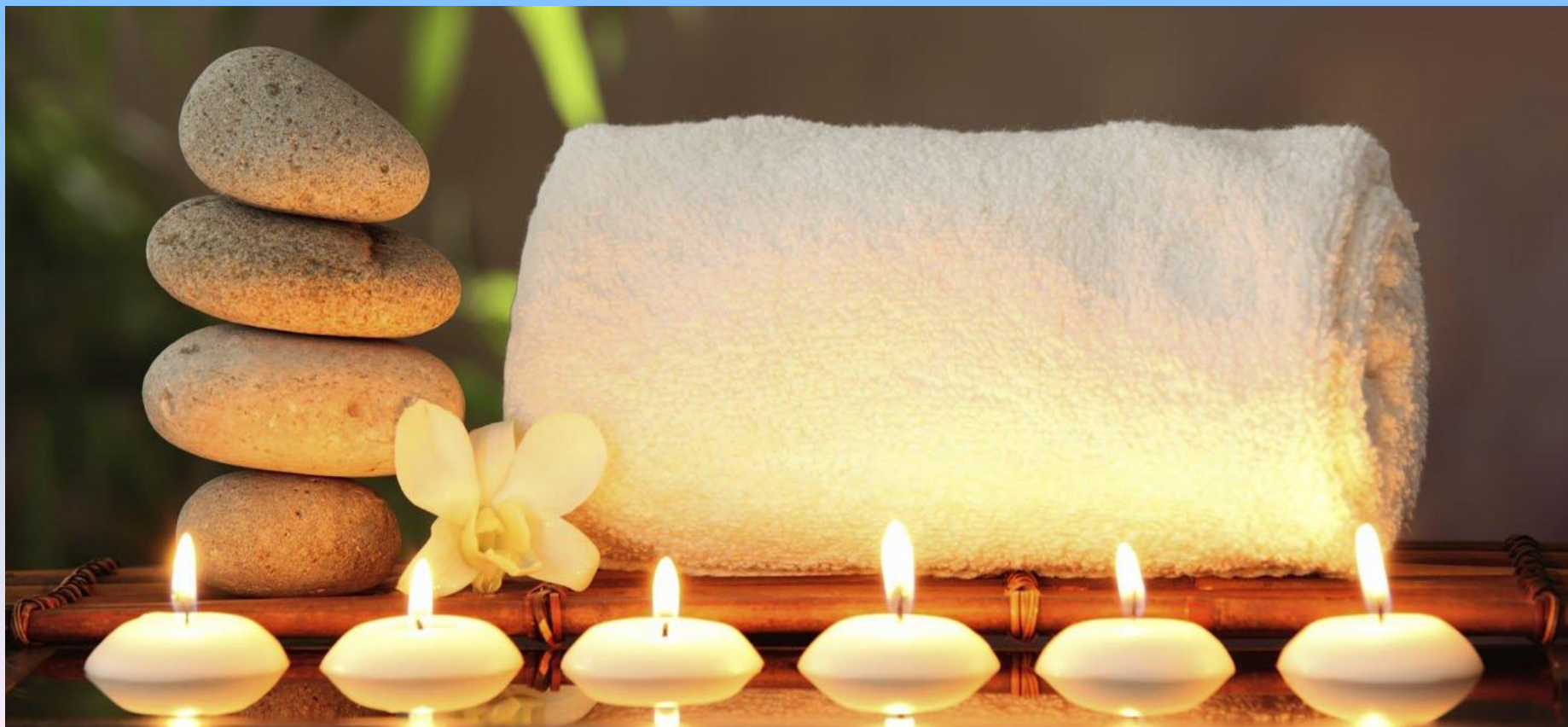


Требования к массажному кабинету

Кабинет массажиста должен быть:

- Не менее 12 кв. м.
- Кабинка не менее 6 кв. м.
- В кабинете должно быть тепло (20-23 градуса)
- Влажность не выше 60 %
- Хорошая вентиляция
- Массажная кушетка высотой на уровне кисти массажиста
- Валик под голеностопы 25-35 см и подушка высотой 5 см под живот
- Крема, растирки, тальк
- Часы
- Рабочий стол, два стула
- Наличие питьевой воды (холодной, горячей), стаканы
- Шкаф для одежды

- ❖ Журнал регистрации, где фиксируется ФИО, возраст, диагноз, массажная зона, количество процедур
- ❖ Приятное освещение
- ❖ Полотенца, одеяло
- ❖ Спокойная обстановка
- ❖ зеркало



Требования к массажисту

- Мыть руки с мылом **ДО** и **ПОСЛЕ** процедуры
- Ногти сострижены максимально коротко
- **НИКАКИХ** украшений на пальцах и запястьях
- Знать анатомо-физиологические основы массажа
- Владеть приемами массажа
- Знать показания, противопоказания
- Дозировку
- клинику заболеваний
- Состояние тканей
- Состояние ЦНС



Массажист должен уметь

- ▣ Общаться с пациентами
- ▣ Переключать работу рук
- ▣ Развивать гибкость кистей
- ▣ Соблюдать правильность пластичность массажных движений





ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ

к массажу



Абсолютные

противопоказания

- Злокачественные заболевания крови и гемофилия
- Злокачественные опухоли до их радикального лечения
- Цинга
- Гангрена
- Тромбоз периферических сосудов
- Психические заболевания со значительно измененной психикой
- Активная форма туберкулеза
- Остеомиелит острая и хроническая форма
- Недостаточность кровообращения
- Легочно-сердечная недостаточность
- СПИД, ВИЧ
- Значительное варикозное расширение вен

- Эндертериит с трофическими нарушениями
- Воспаление лимфатических узлов, сосудов
- Сифилис
- ГБ с частыми кризами



Временные противопоказания

- Острые лихорадочные состояния до выяснения диагноза
- Грипп
- Ангина
- ОРЗ
- Кровотечения и склонность к ним
- Гнойные процессы любой локализации
- Гнойничковые поражения кожи
- Множественные аллергические высыпания
- Кризы гипотонические и гипертонические, церебральные
- Тошнота
- Рвота
- Боли в животе
- Любые острые заболевания
- Хронические заболевания в стадии обострения
- Алкагольное опьянение

ПОКАЗАНИЯ К МАССАЖУ



Заболевания сердечно-сосудистой системы

- ИБС период ремиссии
- Постинфарктный кардиосклероз
- Гипертоническая болезнь
- Гипотония
- Миокардиодистрофия
- Инфаркт миокарда
- Пороки сердца
- Варикозное расширение вен
- Атеросклероз сосудов нижних конечностей
- ВСД



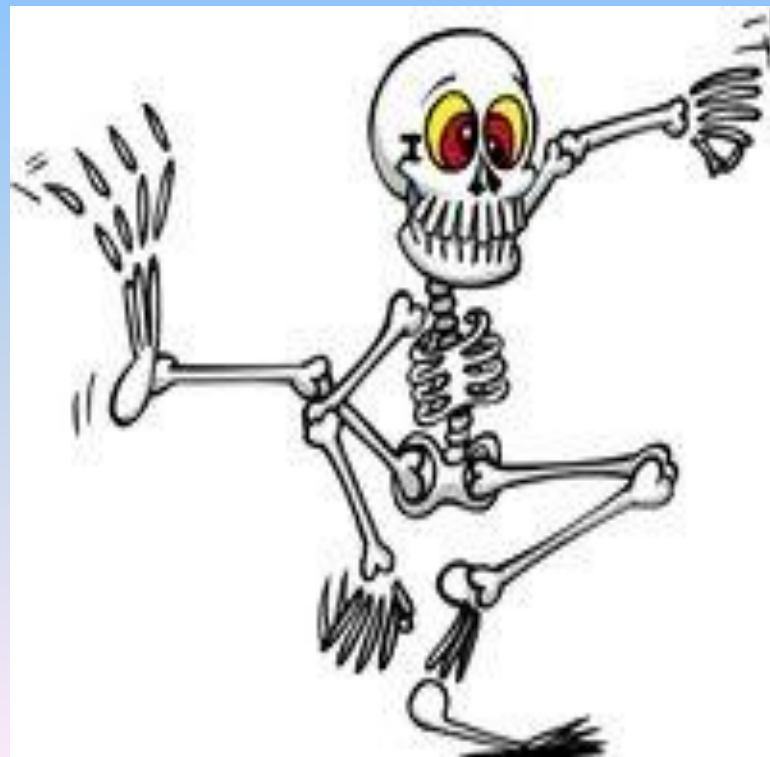
Заболевания органов дыхания

- Пневмония
- Плеврит
- Бронхит
- Эмфизема
- Бронхиальная астма
- Пневмосклероз
- Бронхоэктатическая
болезнь



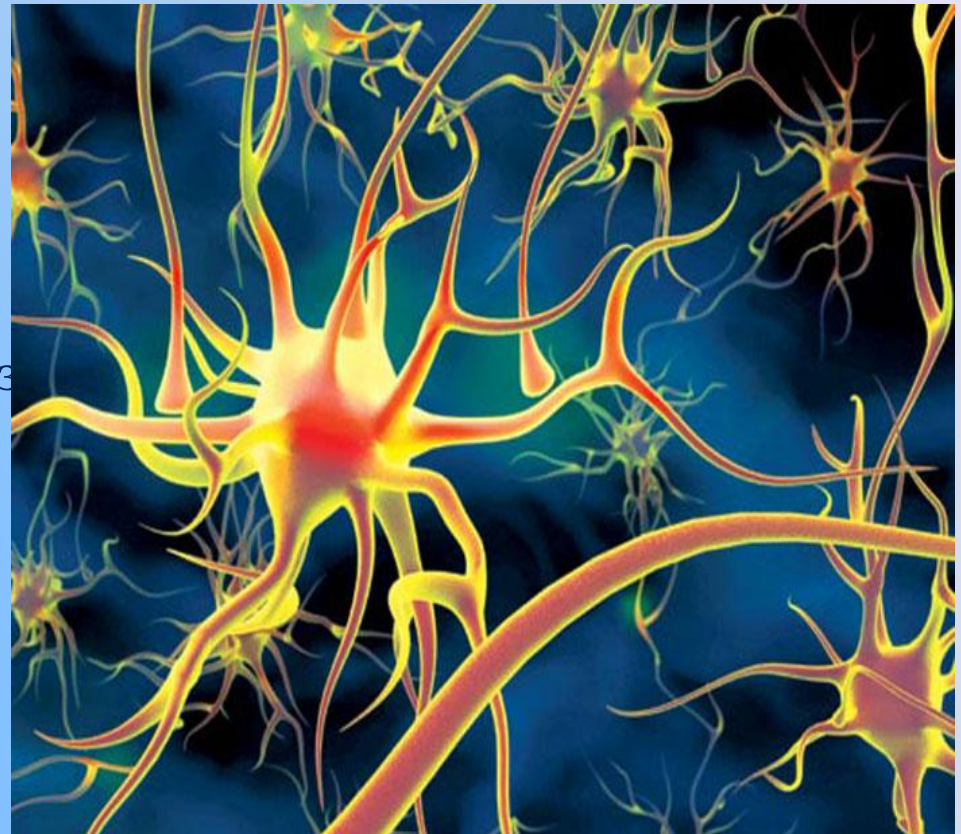
Заболевания опорно-двигательного аппарата

- Ревматоидный и другие артриты
- Деформирующий остеоартроз
- Болезнь Бехтерева
- Остеохондроз
- Сколиозы
- Плоскостопие
- Кривошея
- Косолапость
- Ушибы
- Вывихи
- Растяжения
- переломы



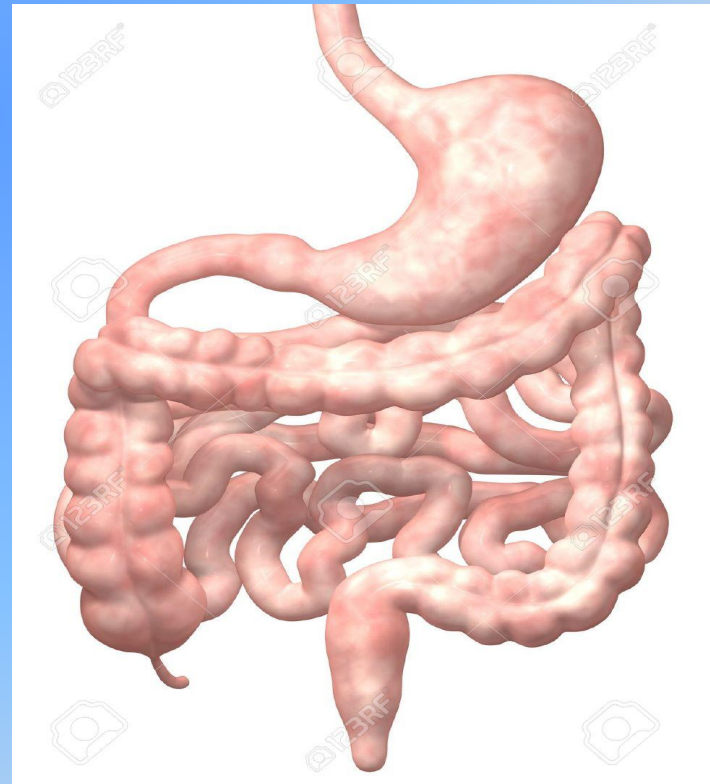
Заболевания и последствия травм ЦНС

- Травмы головного и спинного мозга
- Инсульты
- Полиомиелит
- Миелит
- Неврозы
- Невриты
- Невралгии
- Радикулиты
- ДЦП
- Церебральный атеросклероз
- Болезнь Паркинсона
- Плексит
- Миопатия
- сирингомиелия



Заболевания ЖКТ

- Гастрит
- Колит
- Язвенная болезнь
- Заболевания печени и желчного пузыря
- Опущение желудка



Заболевания обмена веществ

- Сахарный диабет
- Ожирение
- Подагра



Заболевания кожи и волосистой части головы

- ▣ Выпадение волос
- ▣ псориаз
- ▣ Экзема
- ▣ Склеродермия
- ▣ себорея



Заболевания мужских и женских половых сфер

- Неправильное положение матки
- Наличие спаек
- Простатиты
- уретриты



**М А С С А Ж - это лучшее лекарство
от повседневности! Прекрасные
ощущения! Здоровье и молодость!**



СПАСИБО
ЗА
ВНИМАНИЕ
!

