

КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

ТОЧЕЧНЫЙ МАССАЖ



Точечный массаж – это воздействие на биологически активные точки, расположенные на коже человека.

Стимуляция **активных точек** кожи активизирует выработку в организме собственного **интерферона**, который, как известно, является в медицине весьма эффективным противовирусным препаратом и поддерживает адаптационные реакции организма неблагоприятной **экологической обстановке**.



Вот как рекомендуется проводить
точечный массаж по схеме Уманской:

...Утро, вы только что проснулись. Потрите сразу же ладонь о ладонь, чтобы как следует их разогреть. Потеплели руки, побежала по ним кровь – можно приступать к массажу.

Начинайте в соответствии с нумерацией точек – первая, вторая и так далее.

Кончиком указательного или среднего пальца надавите на участок кожи в зоне нужной точки до появления незначительной болезненности. Затем делайте девять вращательных движений по часовой стрелке и девять – против. Продолжительность воздействия на каждую точку – не менее 18–20 секунд. Интенсивность воздействия постепенно увеличивайте.



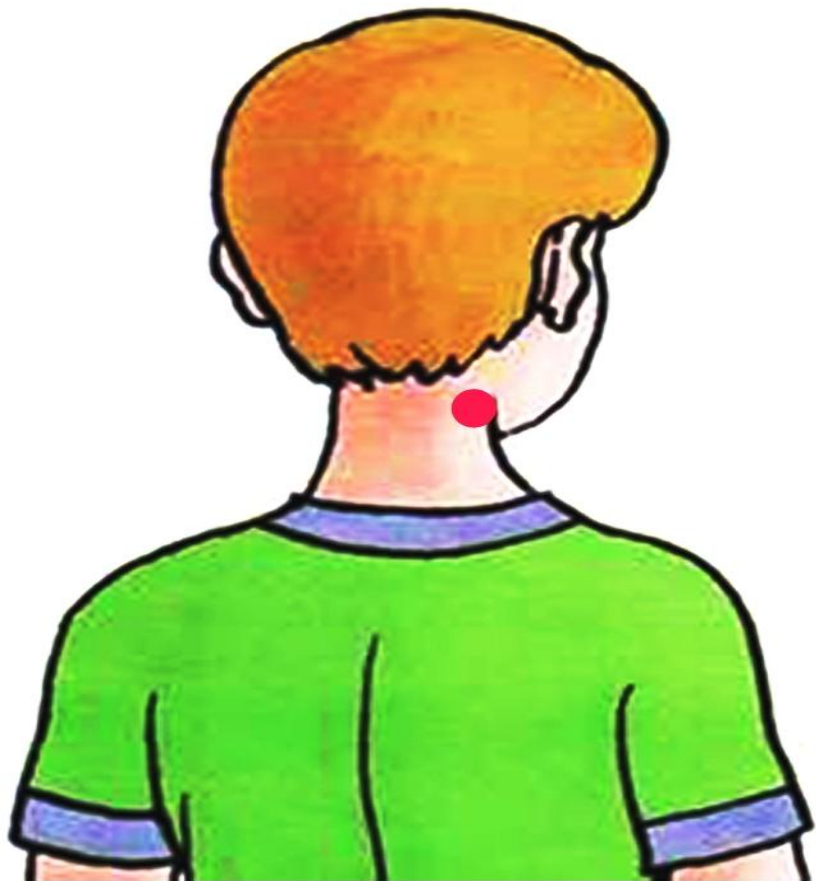
Точка 1 связана со слизистой оболочкой трахеи, бронхов, а также с костным мозгом. При массаже этой точки уменьшается кашель, улучшается кроветворение.

Точка 1



Точка 2

Точка 2 связана со слизистой оболочкой нижних отделов глотки, гортани, а также с тимусом (вилочковой железой), регулирующим иммунные функции организма. Массаж этой точки повышает сопротивляемость инфекционным болезням.



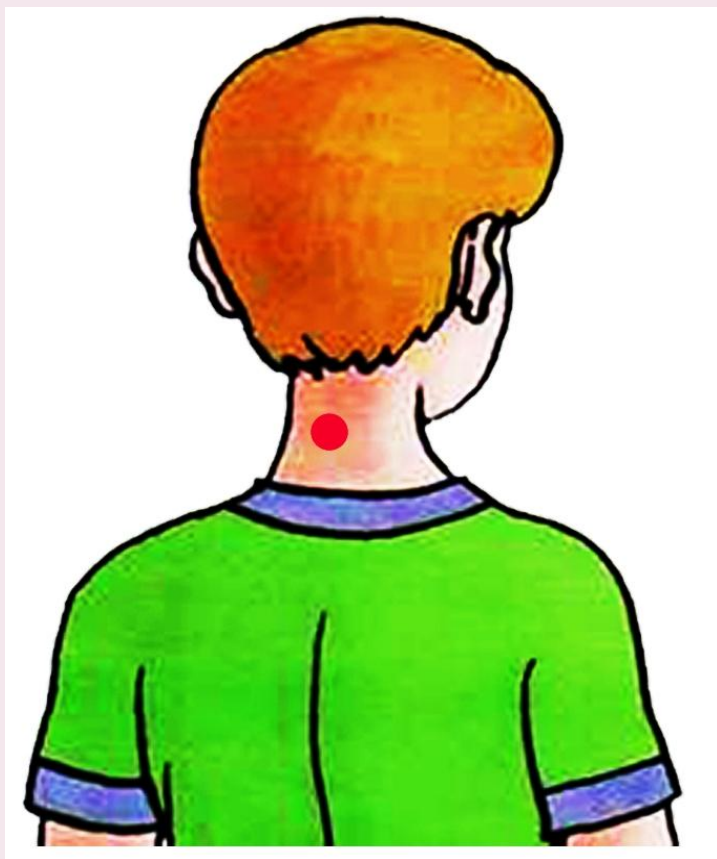
Точка 3 связана с особыми образованиями, контролирующими химический состав крови и одновременно повышающими защитные свойства слизистой оболочки глотки и гортани.

Точка 3



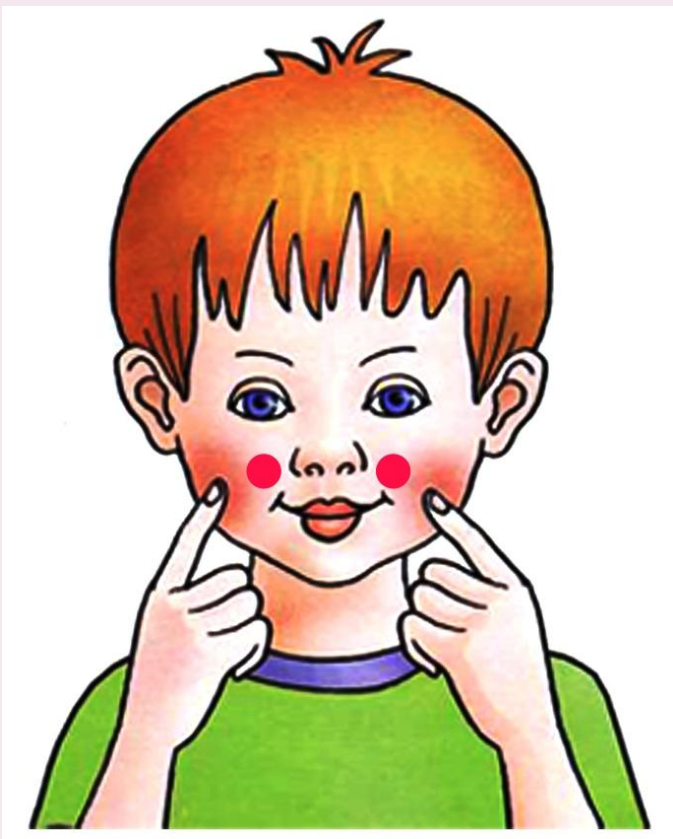
Точка 4 связана со слизистой оболочкой задней стенки глотки, гортани и верхним шейным симпатическим нервным узлом. Массаж этой точки активизирует кровоснабжение головы, шеи, туловища.

Точка 4



Точка 5

Точка 5
расположена в области VII шейного и I грудного позвонков. Она связана со слизистой оболочкой трахеи, глотки, пищевода, а главное – с нижним шейным симпатическим нервным узлом. Массаж этой точки нормализует деятельность сосудов, сердца, бронхов, легких.



Точка 6

Точка 6 связана с передней и средней долями гипофиза. Массаж этой точки улучшает кровоснабжение слизистой оболочки носа, гайморовых полостей, а главное – гипофиза. Дыхание через нос становится свободным, насморк проходит.



Точка 7

Точка 7 связана со слизистой оболочкой решетчатых образований полости носа и лобных пазух, а также с лобными отделами головного мозга. Массаж этой точки улучшает кровообращение слизистой оболочки верхних отделов полости носа, а также области глазного яблока и лобных отделов головного мозга.



Точка 8

Массаж **точки 8**
положительно
воздействует на орган
слуха и на
вестибулярный
аппарат.



Массаж **точки 9**

нормализует многие функции организма, так как руки человека через шейные отделы спинного мозга и определенные области коры больших полушарий головного мозга связаны со всеми точками, о которых было рассказано.



Точка 9

Если вы **обнаружили у себя или у ребенка,** которому Вы делаете массаж, точки с повышенной или резко пониженной **болевогой чувствительностью** – это сигнал о **неблагополучии в организме.**

Например, если подобное проявилось при массаже точки 1 – возможны «поломки» в системе кроветворения, а также воспаления трахеи и бронхов; если в области второй зоны – у вас не порядок с иммунитетом, и так далее.

Значит, эти точки нужно дополнительно массировать через каждые сорок минут до полной нормализации чувствительности.

Очень важный совет: если, например, **в семье есть больные гриппом** или произошел случайный контакт с гриппозным больным на улице, в транспорте, в гостях, необходимо количество сеансов массажа увеличить – проводить их через каждые два-три часа.

Это значительно **повышает иммунитет**, и, следовательно, намного меньше вероятность, что ваш ребенок заболит.

Точечный массаж противопоказан только тогда, когда в области зон массажа есть гнойничковые поражения кожи, а также родинки, бородавки, новообразования.

Спасибо за внимание!!!!!!

Будьте здоровы!!!

