

# Программа курса практики:

## Виды массажа:

1. Классический оздоровительный всего тела
2. Антицеллюлитный
3. Спортивный
4. Лимфодренажный
5. Расслабляющий (Relax)



# Как работает классический массаж

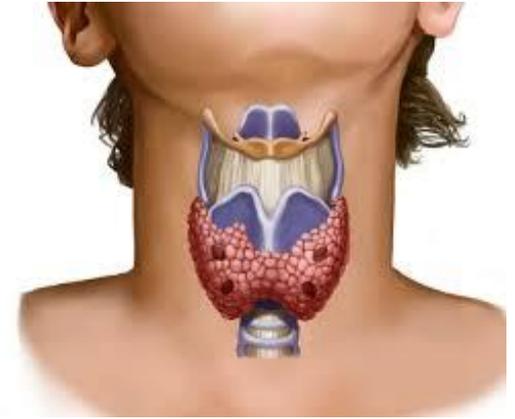
- Описывая результат работы массажа, надо понимать, что он оказывает самое разностороннее влияние. Тем самым массаж является самым мощным инструментом физического воздействия на организм. Это и усиление кровоснабжения – усиление сопротивляемости к механическим и температурным воздействиям. Это и повышение кожно-мышечного тонуса – улучшается внешний вид кожи, она становится упругой, гладкой и эластичной. Это и улучшение кровоснабжения суставов и близлежащих тканей, и ускорение образования, движения синовиальной жидкости.
- Массаж оказывает благотворное седативное воздействие на центральную нервную систему, на обмен веществ, а также связочный аппарат.
- Таким образом, основные типы воздействия классического массажа:
  - Тонизирующее;
  - Успокаивающее;
  - Нормализация функций мышц, клеток, кровотока, лимфотока и внутренних органов.

# Показания для классического массажа

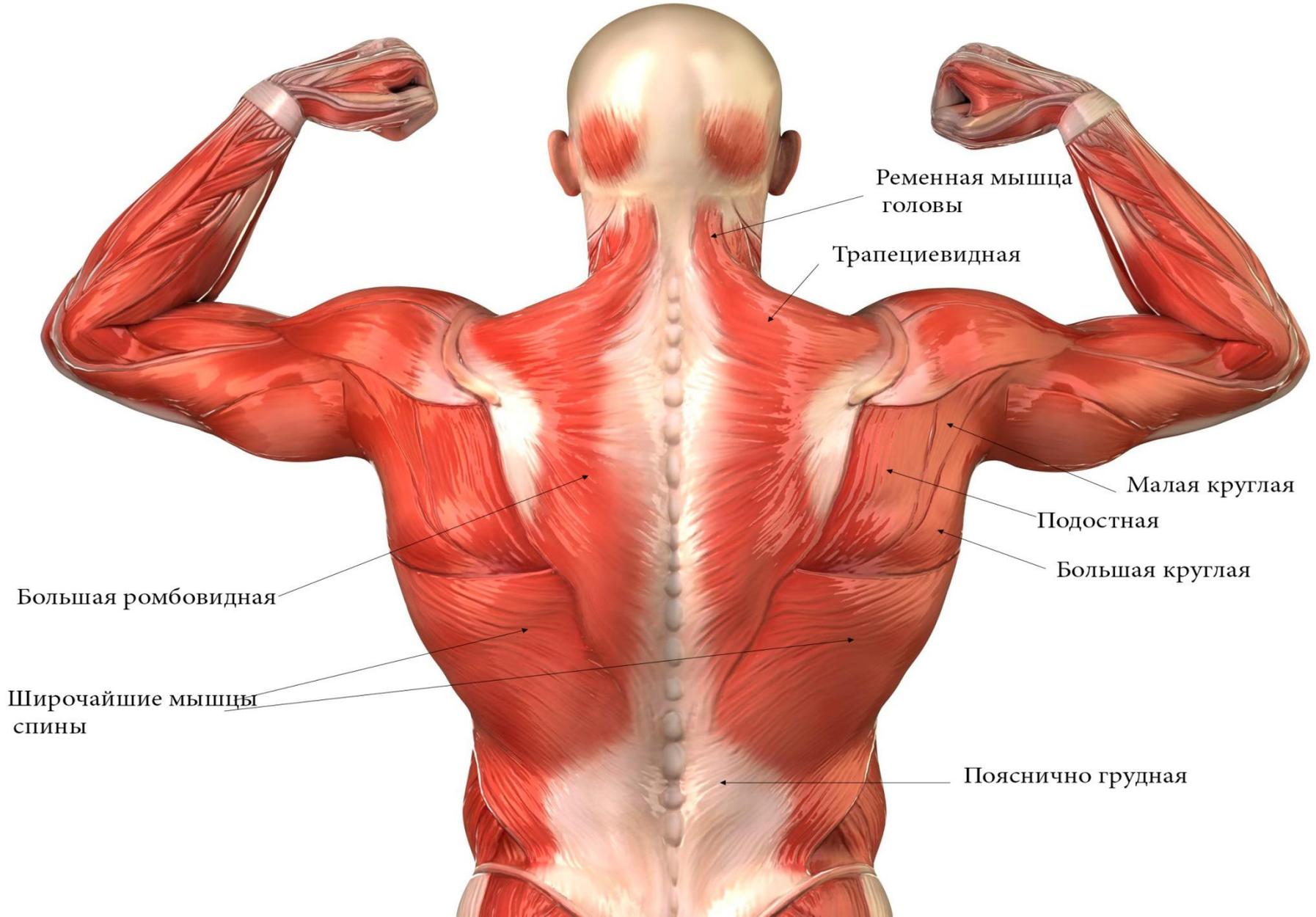
- Миалгии, миозиты (спазм мышц /воспаление);
- Мигрень (головные боли);
- Боли, обусловленные дегенеративно-дистрофическими процессами в позвоночнике (**остеохондроз, радикулит, лордоз, сколиоз, кифоз** );
- Последствия ушибов, растяжения мышц, сухожилий и связок;
- Переломы на всех стадиях заживления;
- Функциональные расстройства после перелома и вывиха (**тугоподвижность суставов, мышечные изменения, рубцовые сращения тканей**);
- Параличи
- Стенокардия
- Артериальная гипер-, гипотензия
- Бронхит, пневмония (подострая, хроническая стадия)
- Бронхиальная астма

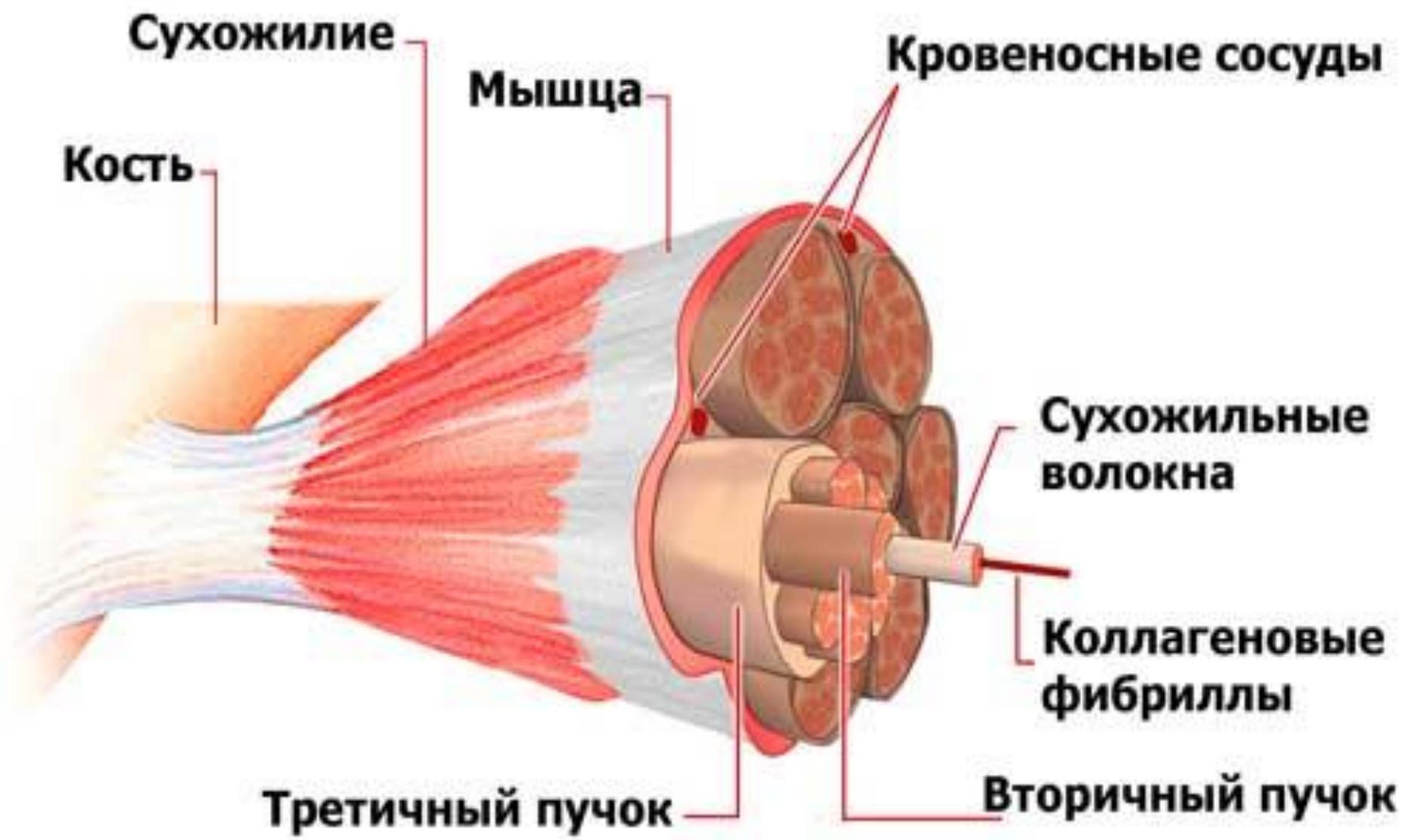
# Противопоказания для классического массажа

- При острых лихорадочных заболеваниях и высокой температуре
- Кровотечения и склонности к ним
- Различные заболевания кожи, ногтей, волос, сердечнососудистой системы
- Аллергические заболевания
- Заболевания эндокринной системы
- Опухоли
- Атеросклероз
- Острая ишемия миокарда

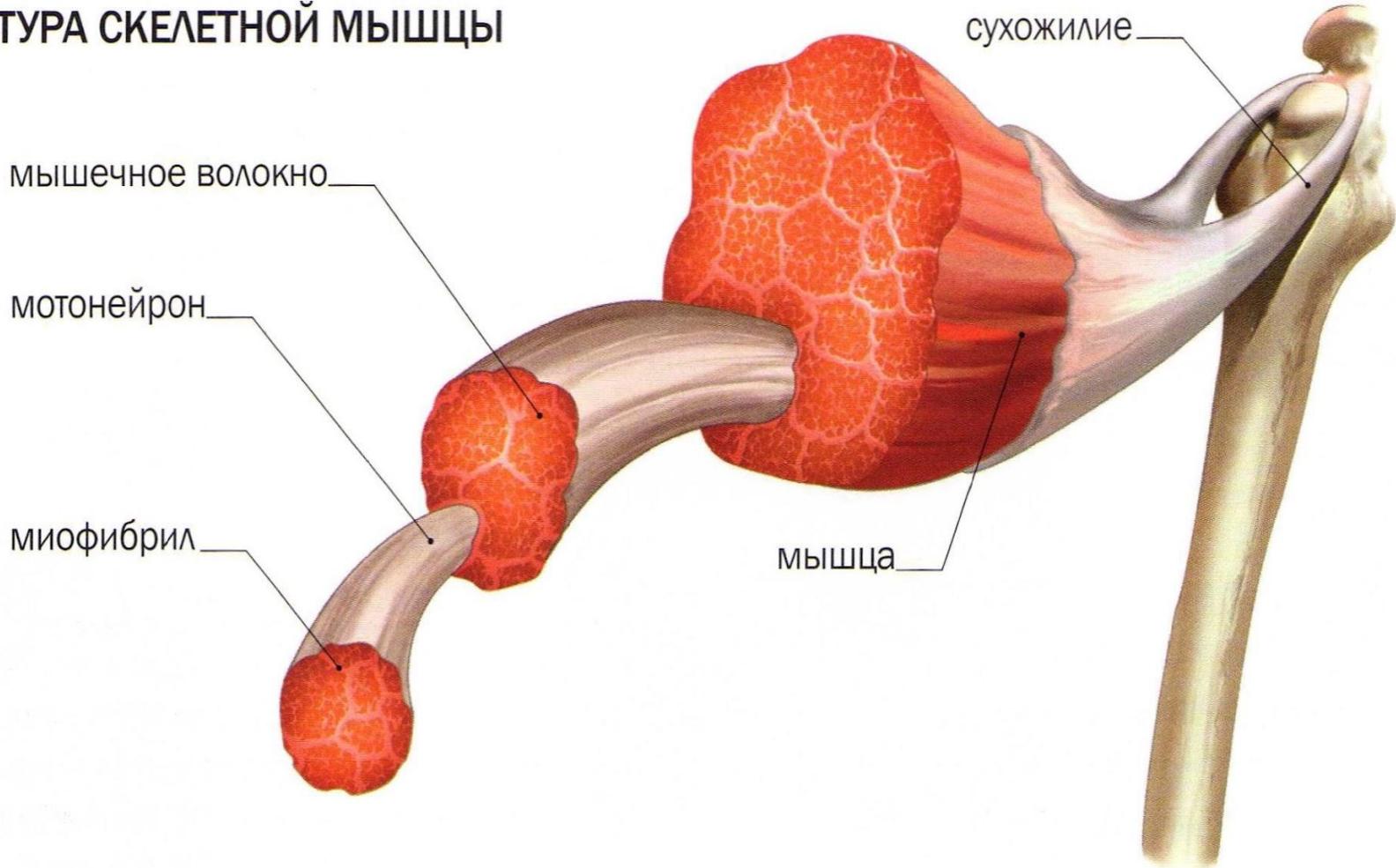


# Строение мышц





# СТРУКТУРА СКЕЛЕТНОЙ МЫШЦЫ



мышечное волокно

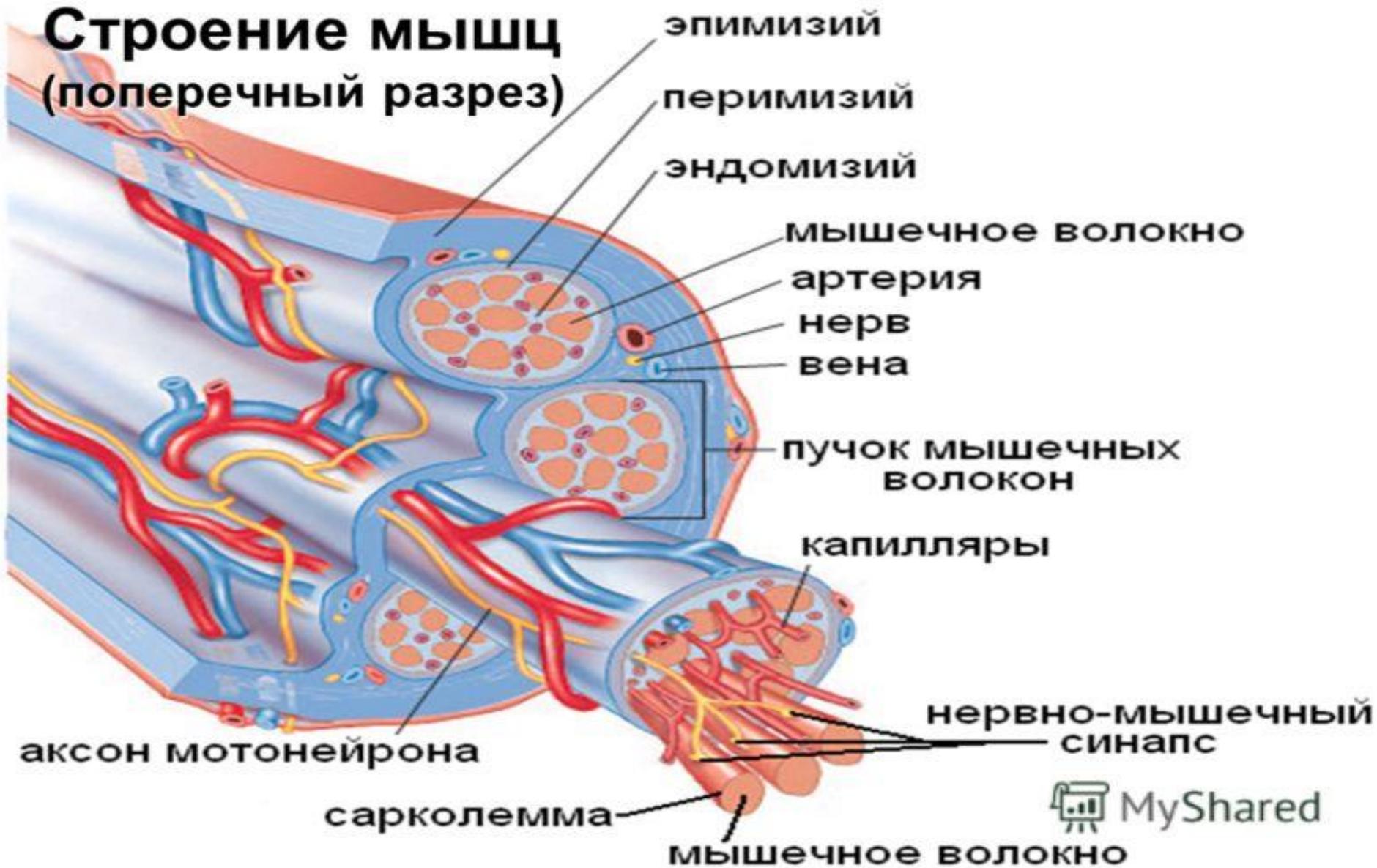
мотонейрон

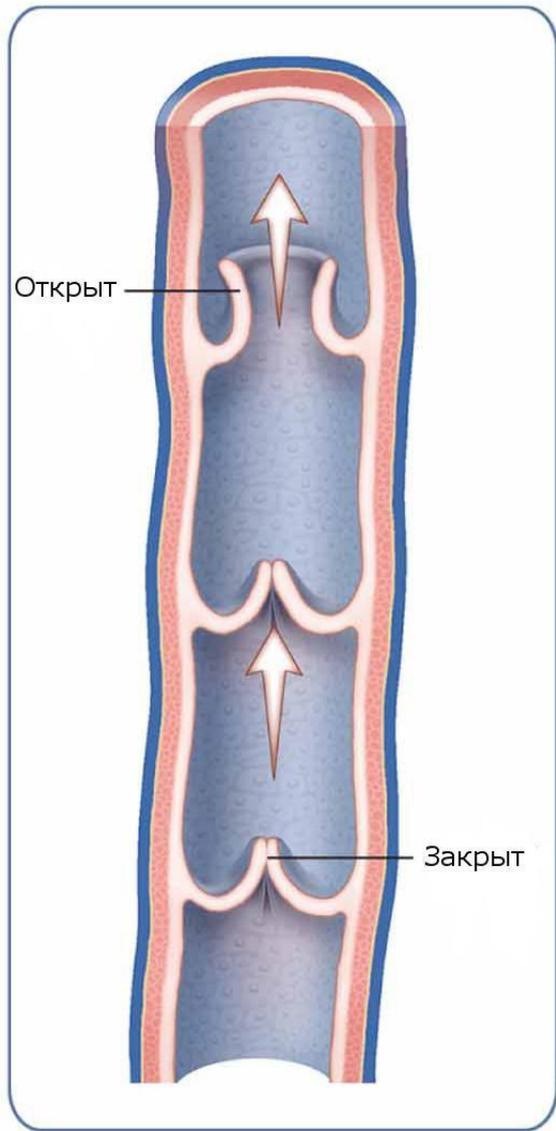
миофибрил

сухожилие

мышца

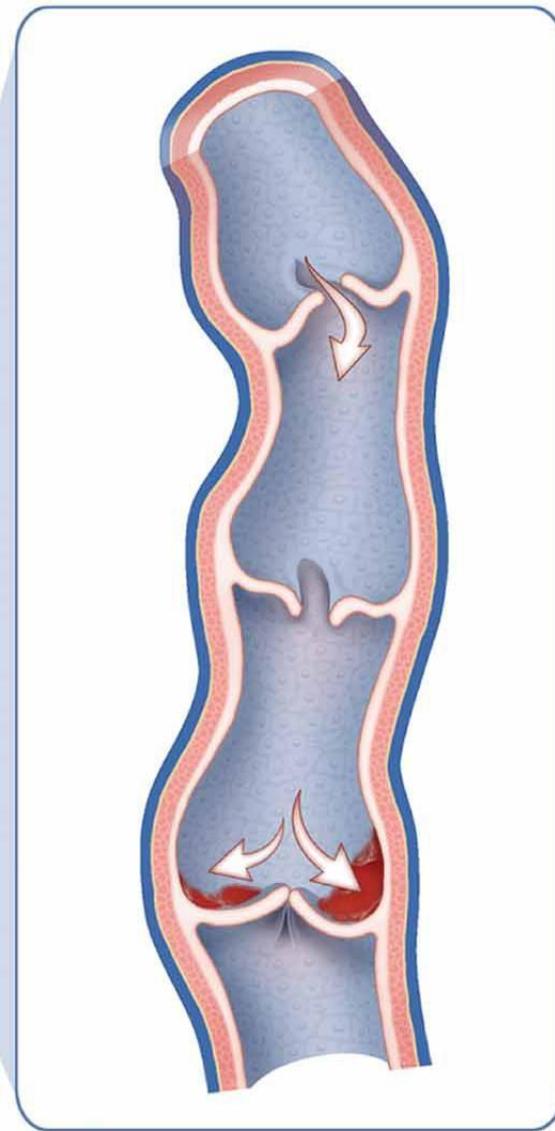
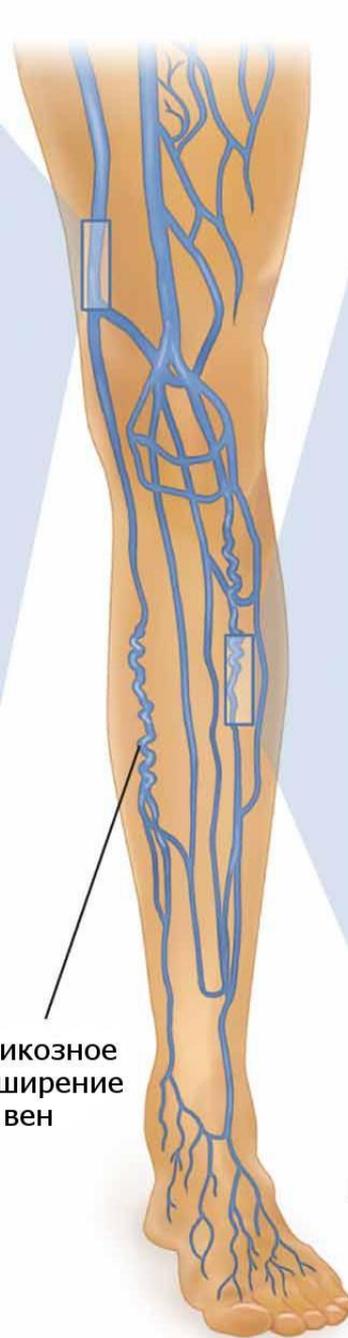
# Строение мышц (поперечный разрез)





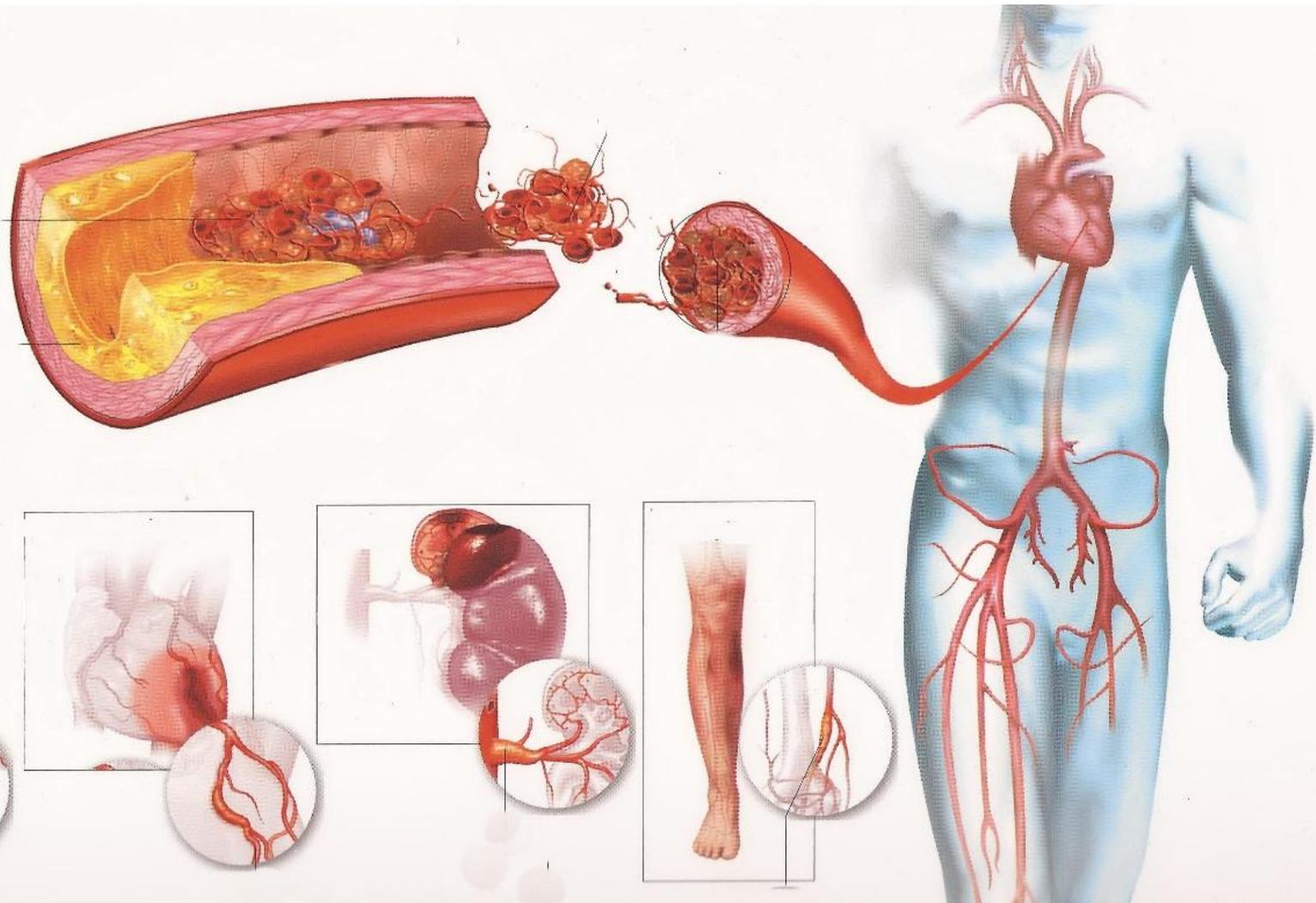
Здоровые вены - здоровые клапаны

Варикозное  
расширение  
вен



Больные вены - не рабочие клапаны

# Атеросклероз



## Защемление седалищного нерва



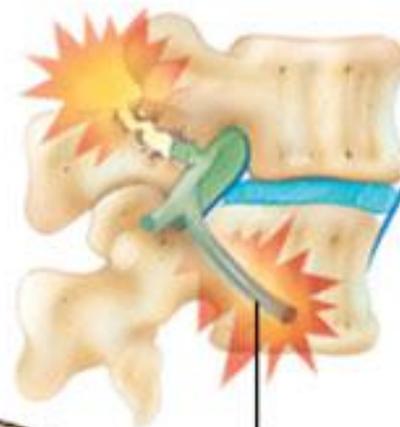
Седалищный нерв

Выпячивание диска

Зона распространения боли (красного цвета)

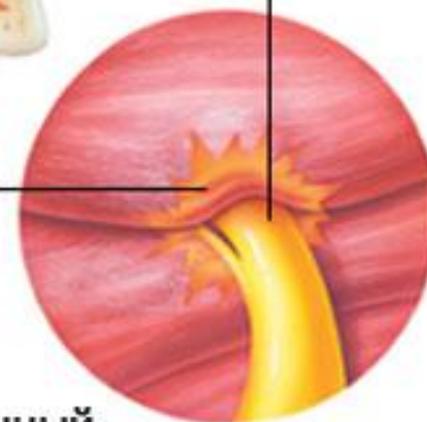
## Воспаленный сустав

Выпячивание диска



Раздраженный нерв

Воспаленная мышца



Мышечный спазм

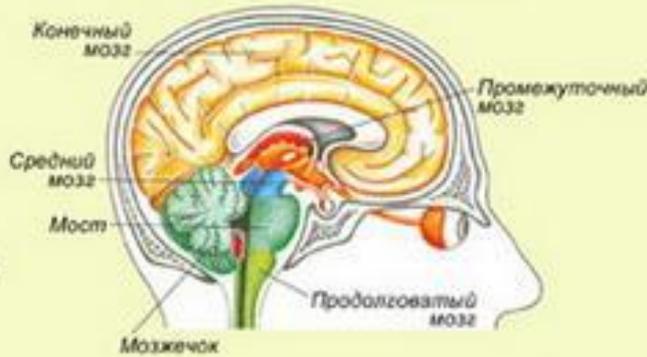
# Нервная система

## Общее строение нервной системы человека

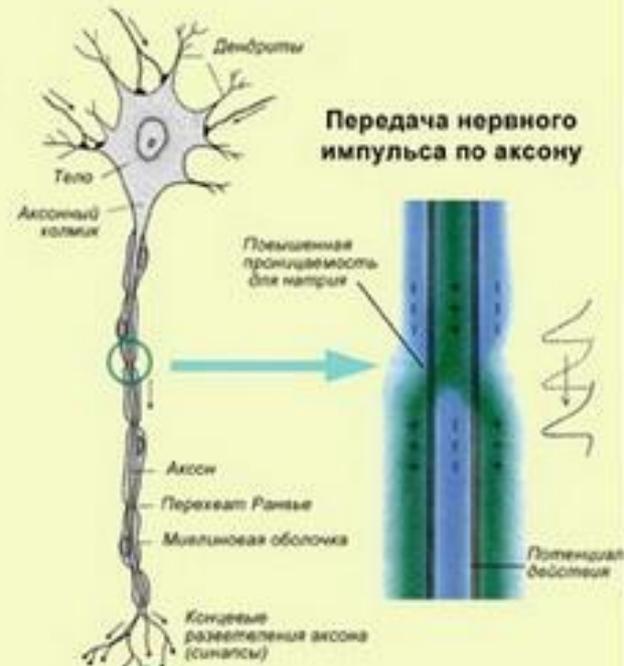


# НЕРВНАЯ СИСТЕМА

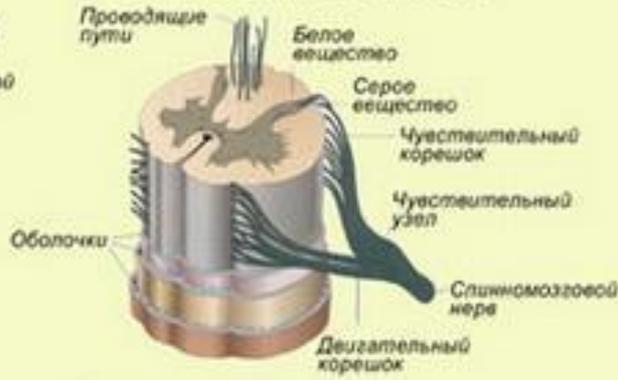
## ОТДЕЛЫ ГОЛОВНОГО МОЗГА



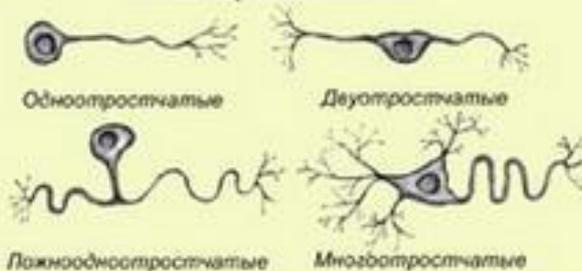
## ЧАСТИ НЕЙРОНА



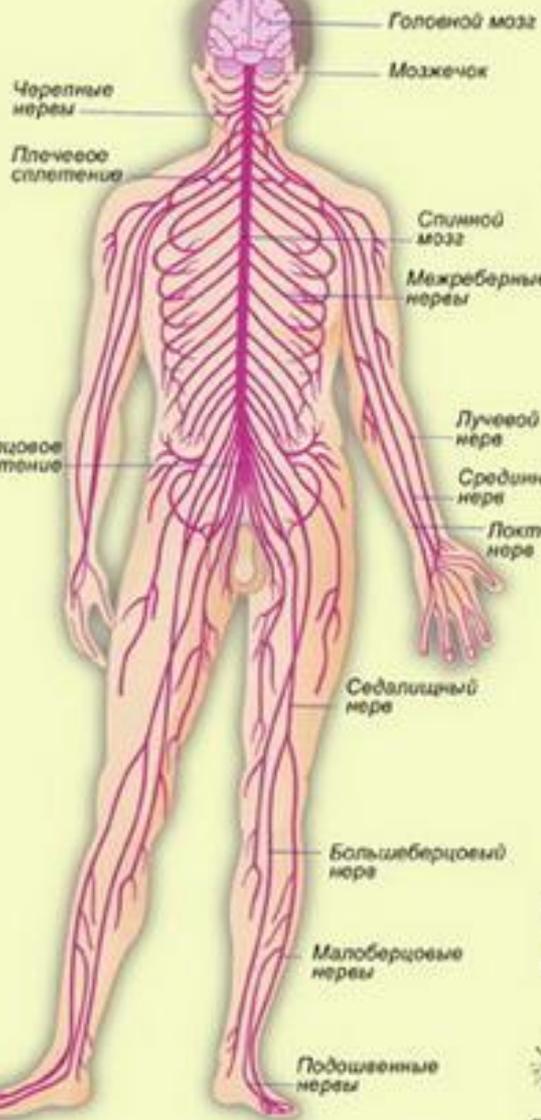
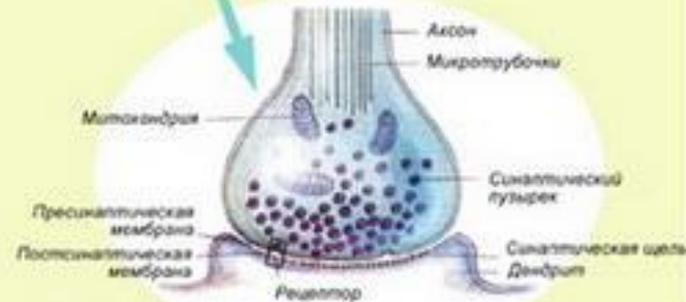
## СЕГМЕНТ СПИНОГО МОЗГА



## Типы нервных клеток

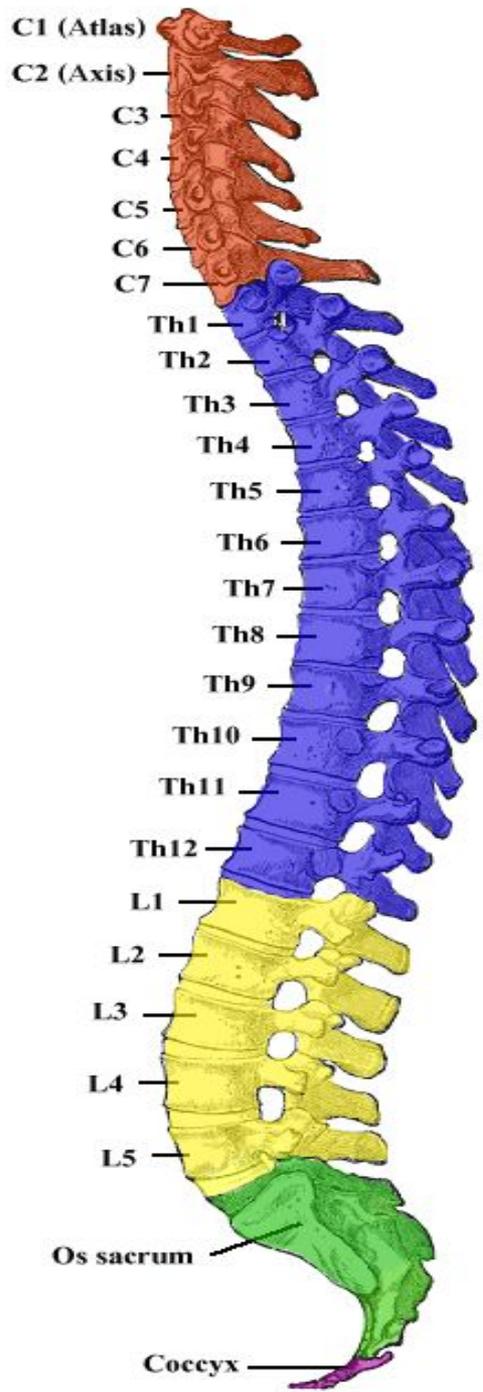


## Строение синапса

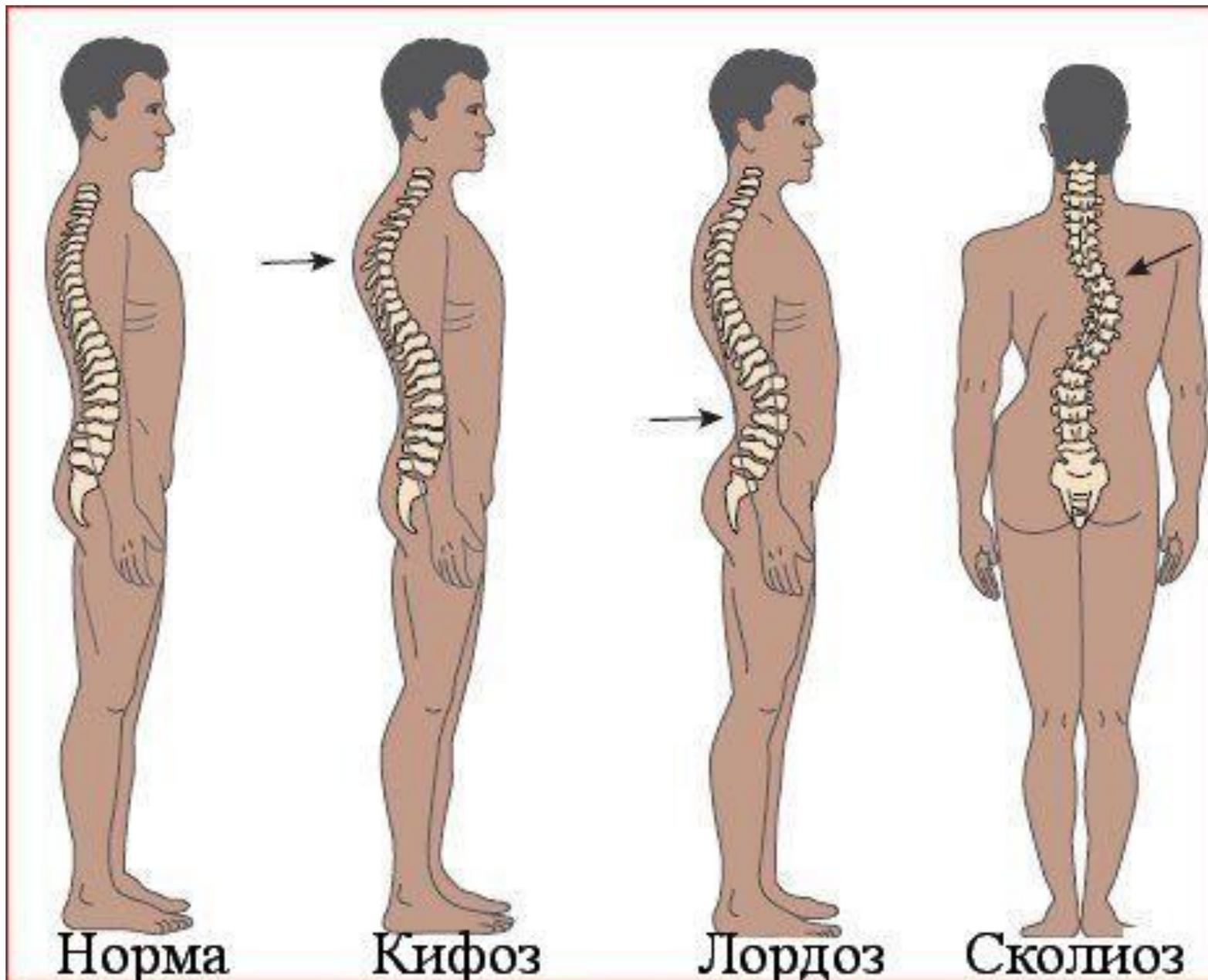


# Строение позвоночника (7-12-5-5-(2-5))

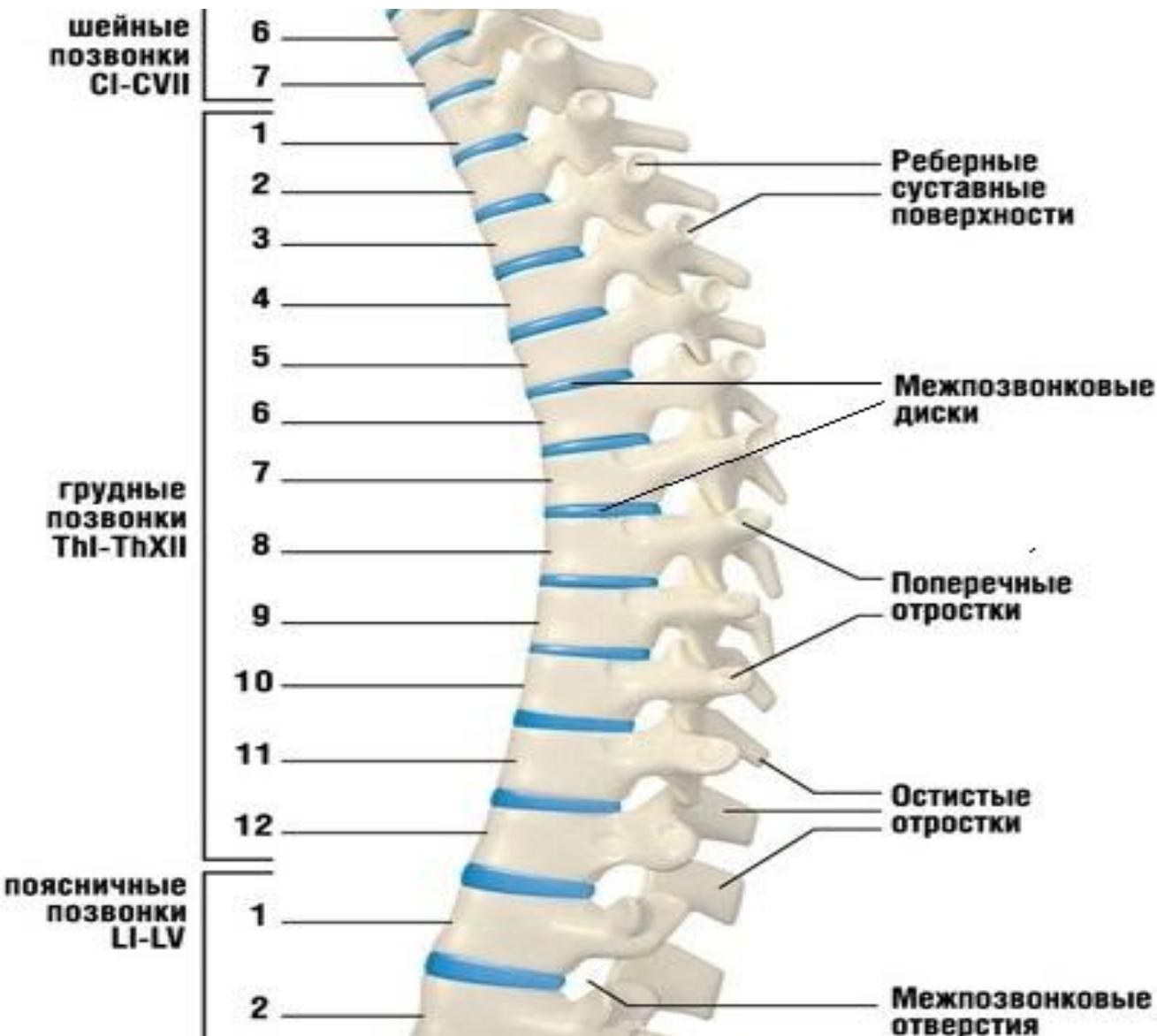




# Отклонения позвоночника



# Строение позвоночника. Остеохондроз и межпозвоночная грыжа

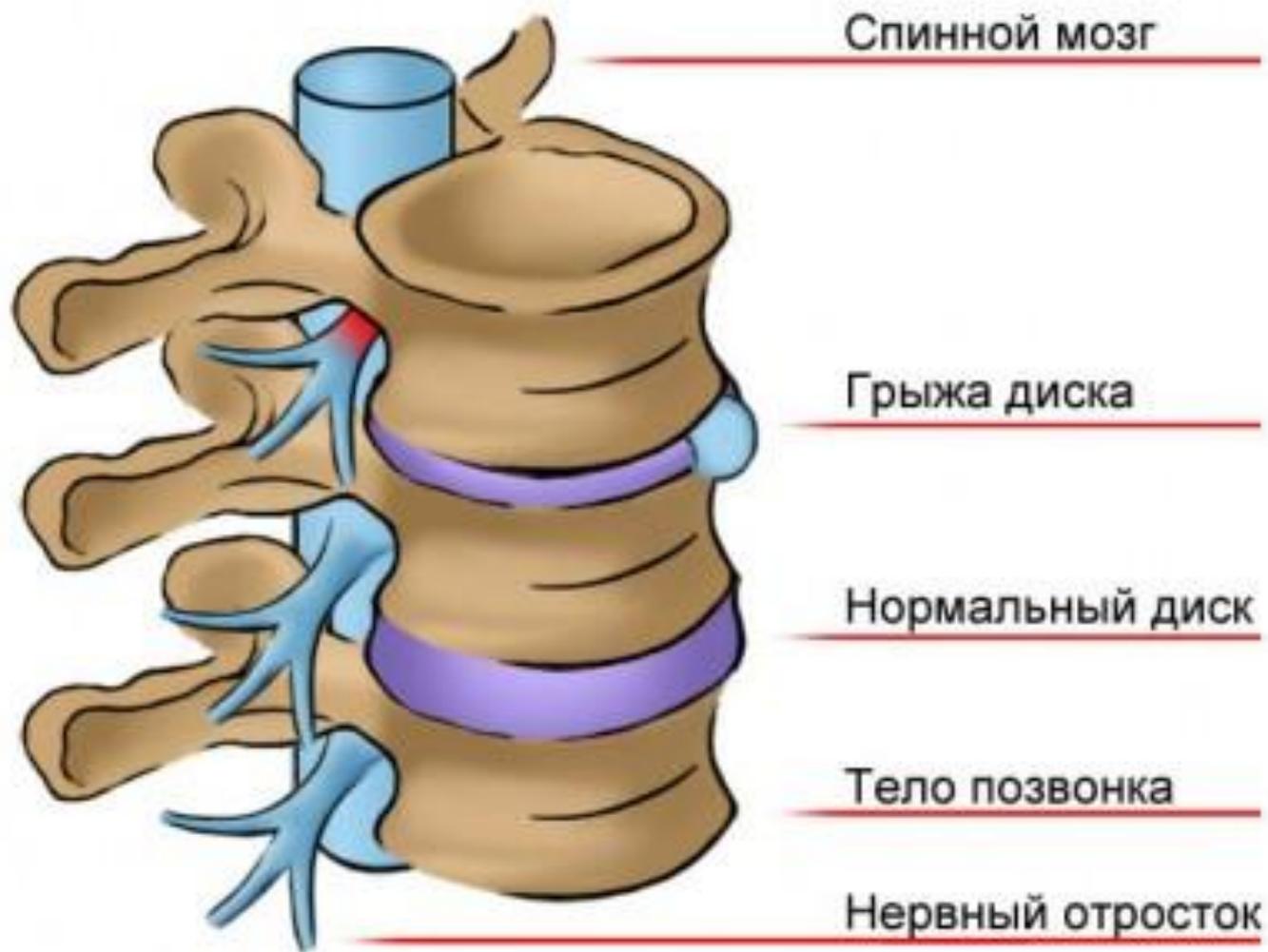


# Остеохондроз

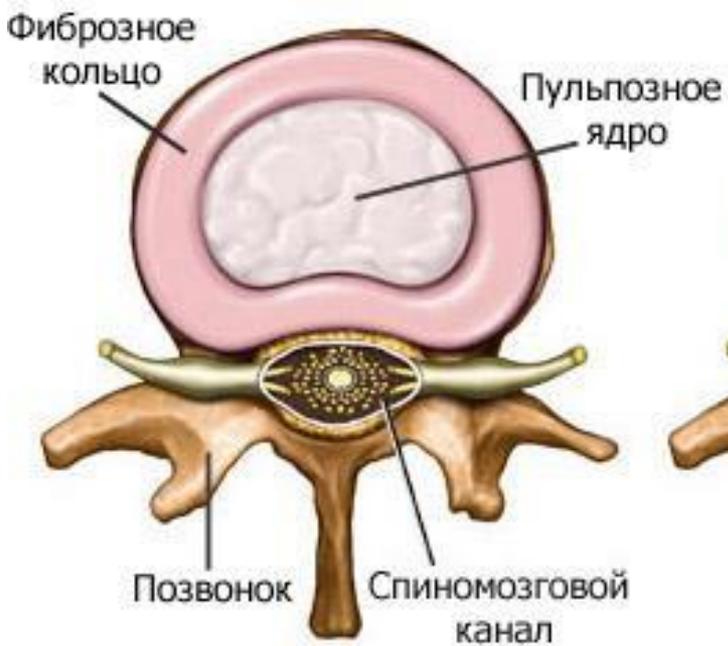
## Стадии остеохондроза



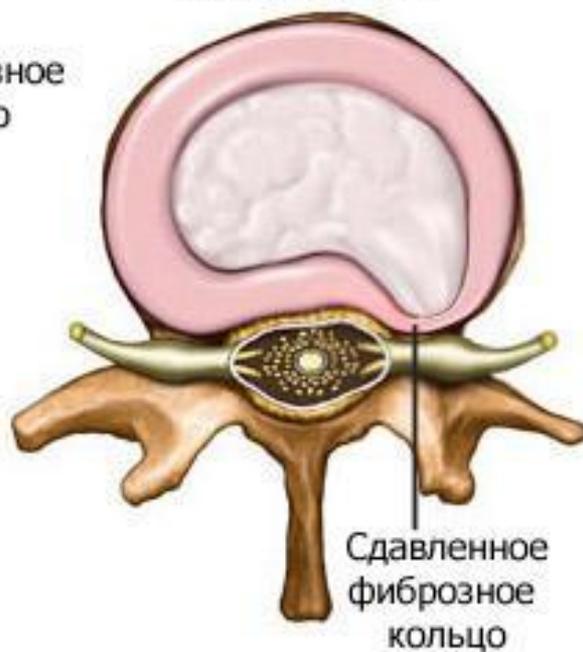
# Грыжа позвоночного диска



Здоровый диск



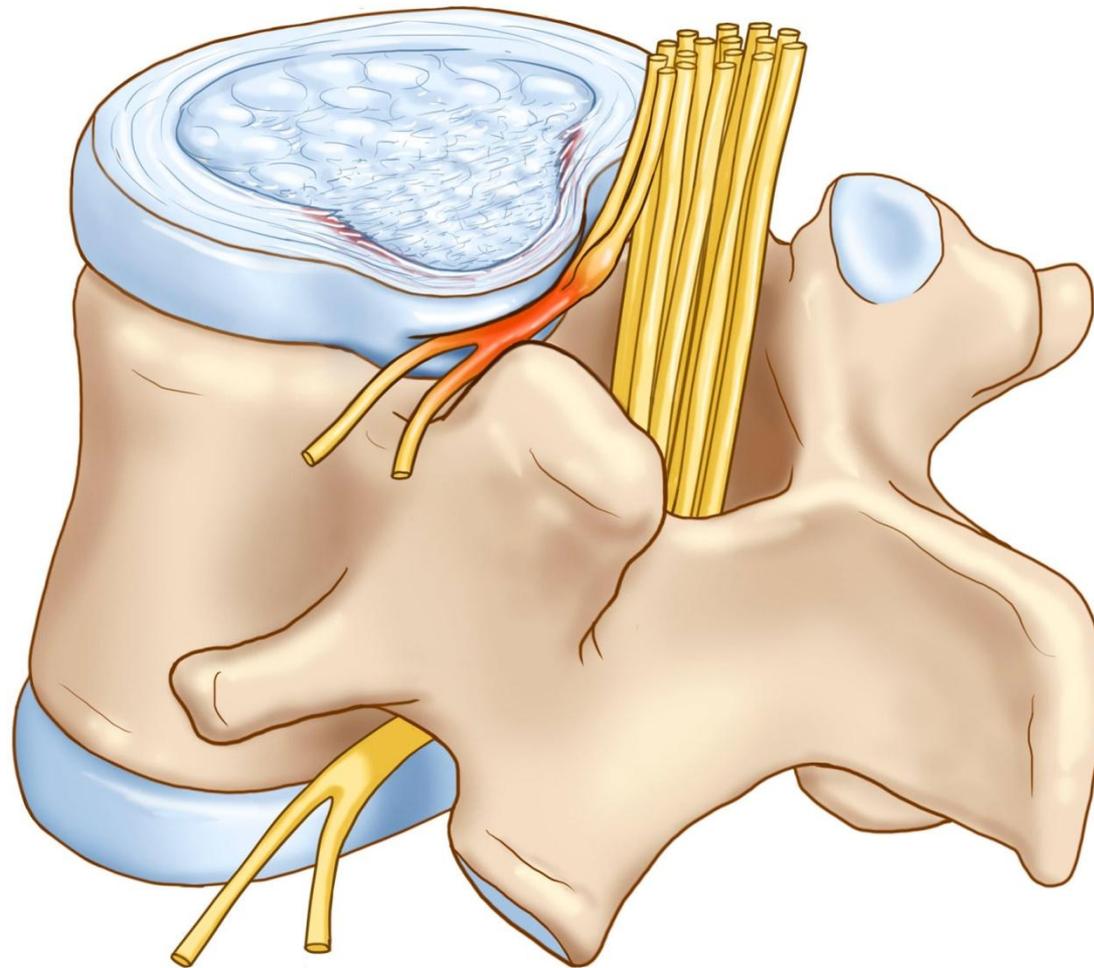
Изменённый диск (протрузия)



Грыжа межпозвоночного диска



# Компрессия нерва



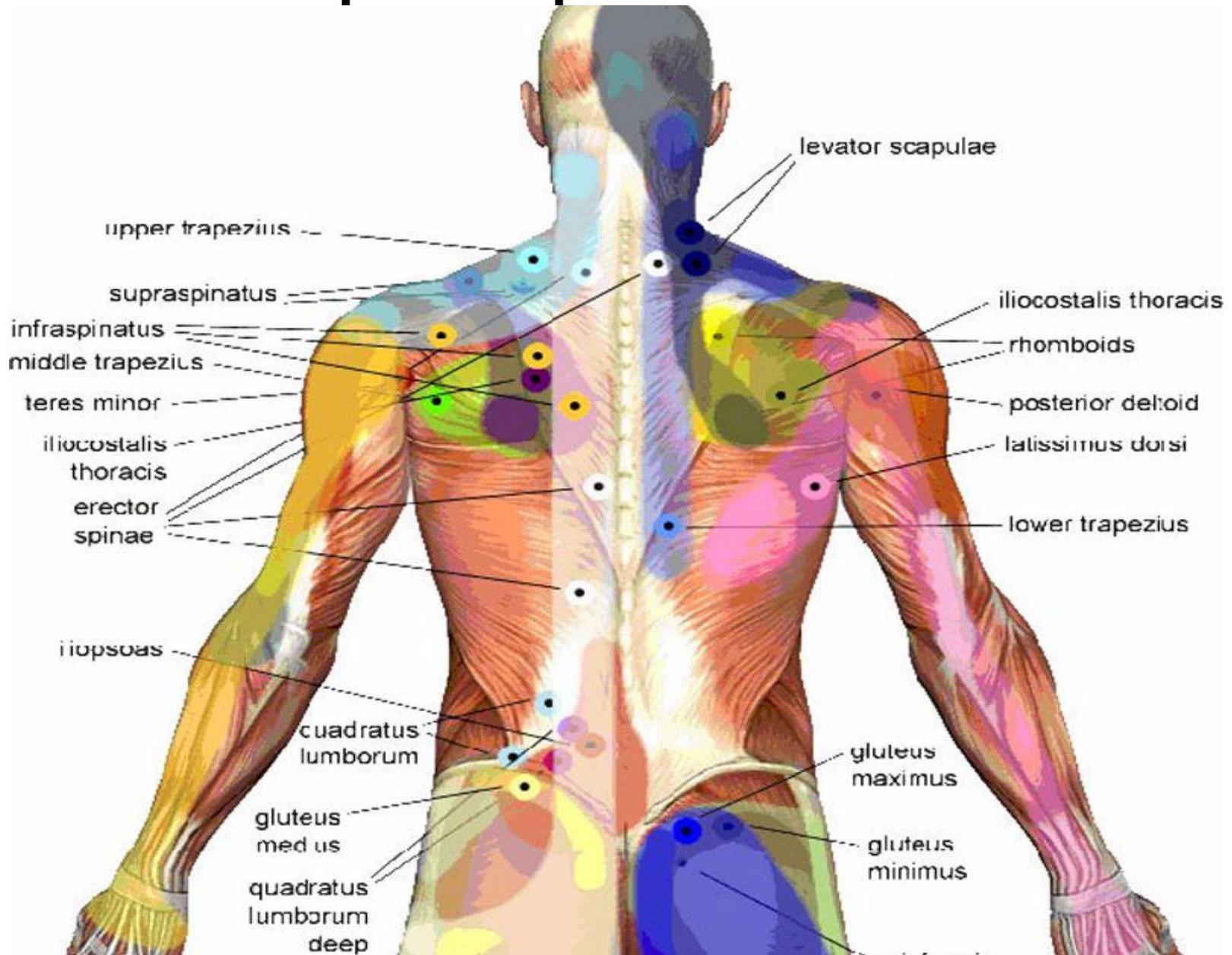
# Медикаментозное лечение





[www.nucleusinc.com](http://www.nucleusinc.com)

# Триггерные точки



- **Триггерная точка** – участок повышенной чувствительности (гиперраздражимая область) в пределах локального мышечного уплотнения, проявляющийся резкой болезненностью при пальпации.

