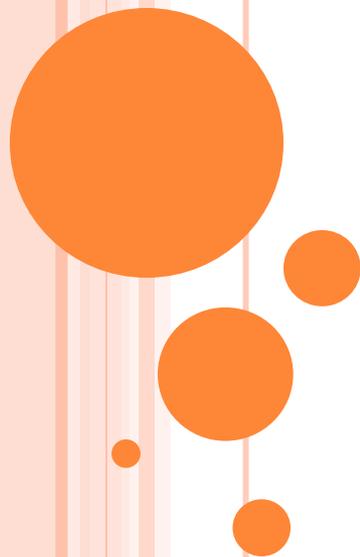


**МИНИСТЕРСТВО здравоохранения Омской области
БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ Омской области
«МЕДИЦИНСКИЙ КОЛЛЕДЖ»
(БПОУ ОО «МК»)
ЦК Сестринское дело**

Тема 5.4. Массаж при заболеваниях сердечно - сосудистой системы



ПЛАН ЛЕКЦИИ

- Массаж в комплексном лечении заболеваний сердечно-сосудистой системы
- Показания и противопоказания, используемые виды и методики массажа
- Сочетание массажа с лечебной гимнастикой и другими видами лечения
- Особенности проведения массажа у детей



ВЛИЯНИЕ МАССАЖА НА КРОВЕНОСНУЮ И СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТУЮ СИСТЕМЫ

- Массаж благотворно влияет на кровеносную систему. Благодаря массажу кровь оттекает от внутренних органов к поверхности кожи и к мышечным пластам, наступает умеренное расширение периферических сосудов, облегчается работа сердца, повышается его нагнетательная способность, улучшаются кровоснабжение и сократительная способность сердечной мышцы, устраняются застойные явления в малом и большом кругах кровообращения, оживляется обмен в клетках, повышается поглощение тканями кислорода.
- Под влиянием массажа, особенно разминания, в массируемой мышце число раскрываемых капилляров и ширина их резко возрастают.



- Расширение капиллярной сети кожи под влиянием массажа и улучшения венозного кровообращения в результате его ускорения под воздействием ритмичных массажных движений облегчает работу сердца. Массаж вызывает незначительные изменения артериального движения.
- Под влиянием массажа улучшается капиллярное кровообращение. При этом массаж живота вызывает учащение ритма сердечных сокращений, а массаж воротниковой зоны его замедление.
- Массаж грудной клетки усиливает ее присасывающее действие, облегчает работу сердца, и уменьшает застойные явления, облегчает работу сердца и уменьшает застойные явления. Благодаря массажу, вызывающему расширение капиллярной сети, усиливается кровоток на периферии, что значительно облегчает работу левого желудочка сердца.



ПОКАЗАНИЯ

- функциональные (нейрогенные) расстройства сердечно-сосудистой системы (невроза сердца);
- дистрофии миокарда с явлениями недостаточности кровообращения I - II степени;
- ревматические пороки клапанов сердца без декомпенсации;
- кардиосклероз миокардический и атеросклеротический с явлениями недостаточности кровообращения I - II степени;
- стенокардия в межприступный период в сочетании с остеохондрозом шейно-грудного отдела позвоночного столба, гипертонической болезнью;
- хроническая ишемическая болезнь сердца;
- при хронической недостаточности мозгового кровообращения в I компенсированной и во II субкомпенсированной стадиях (по Н.И. Боголепову);
- первичная артериальная (нейроцеркуляторная) гипотензия.



ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ:

- острые воспалительные заболевания миокарда и оболочек сердца, ревматизм в активной фазе, комбинированные пороки сердца с преобладанием стеноза отверстий легочных вен с склонностью к кровохарканью и мерцательной аритмии;
- пороки клапанов сердца в стадии декомпенсации и аортальные пороки с преобладанием стеноза аорты;
- недостаточность кровообращения IIб и III стадии;
- коронарная недостаточность, сопровождающаяся частыми приступами стенокардии или явлениями недостаточности функции левого желудочка, сердечной астмой;
- аритмии - мерцательная, пароксизмальная тахикардия, предсердно-желудочковая блокада и блокада ножек предсердно-желудочкового пучка;
- тромбоблитерирующие заболевания периферических артерий;



ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ:

- тромбэмболическая болезнь;
- аневризмы аорты, сердца и крупных сосудов;
- гипертоническая болезнь III стадии;
- поздние стадии атеросклероза сосудов головного мозга с явлениями хронической недостаточности мозгового кровообращения III стадии (по Н.К. Боголепову);
- атеросклероз периферических сосудов;
- тромбангиит в сочетании с атеросклерозом мозговых сосудов, сопровождающийся церебральными кризами;
- воспаление лимфатических сосудов и узлов - увеличенные, болезненные лимфатические узлы, спаянные с кожей и с подлежащими тканями;
- болезни крови;
- острая недостаточность кровообращения.



МЕТОДИКА МАССАЖА ПРИ ХРОНИЧЕСКОЙ ИШЕМИЧЕСКОЙ БОЛЕЗНИ СЕРДЦА И ЕЕ ОСЛОЖНЕНИЯХ

- Показания:
- Массаж показан при различной локализации (передняя и задняя стенка сердца) и различной тяжести заболевания (как первичные, так и вторичные инфаркты). Вопрос о сроках начала массажа решается индивидуально.
- Показанием служит удовлетворительное состояние больного, исчезновение боли в области сердца, отсутствие нарушения ритма сердца и одышки в покое, лейкоцитоза, повышенной СОЭ, нормальное артериальное давление, электрокардиографические данные, указывающие на обратное развитие процесса или его стабилизацию в связи с рубцеванием очага инфаркта.



- Такие клинические данные дают основание начать массаж у больных при легком течении инфаркта с мелкоочаговым поражением сердечной мышцы через 7-10 дней;
- при средней тяжести течения крупноочагового инфаркта, протекающего без осложнений, через 5-10 дней болезни;
- при тяжелом клиническом течении инфаркта с обширной зоной поражения - через 4-6 недель от начала болезни.
- Больным после инфаркта назначают дифференцированные методики массажа поэтапно: в больнице, в раннем периоде после выписки из больницы, в период санаторно-курортного лечения.



МАССАЖ В ПЕРИОД ЛЕЧЕНИЯ В БОЛЬНИЦЕ

- Положение больного: лежа на койке, на спине.
Массаж нижней конечности: поверхностное поглаживание стоп и голеней; нежные циркулярные растирания подушечками пальцев тыльной поверхности стоп, голеностопных и коленных суставов, чередуя с циркулярными поглаживанием и растирания кистей, предплечий, локтевых суставов, нежное продольное разминание мышц предплечья.
- Плоскостное поглаживание боковых поверхностей грудной клетки. Через 5-7 дней от начала процедур массажа, если больному разрешают поворот на правый бок - массаж спины и области ягодиц: нежные поглаживания чередуют с поверхностными растираниями паравертебральных зон, пояснично-кресцовой области и ягодичных мышц.
- Время процедуры 3-7 минут ежедневно.



МАССАЖ В ПОСЛЕБОЛЬНИЧНОМ ПЕРИОДЕ

- Положение больного: сидя с опорой головы на руки о валик или подушку и лежа на животе.
- Массаж спины: поглаживание и растирание паравертебральных зон от нижележащих к вышележащим сегментам, широчайших мышц спины и мышц шеи, граблеобразное растирание II - VIII межреберных промежутков в направлении от грудины к позвоночному столбу; растирание левой лопаточной и межлопаточной областей; разминание мышц спины и верхних краев трапецевидной мышц.
- Массаж нижних конечностей: широкими штрихами поглаживание и прерывистое разминание голеней и бедер; поглаживание и растирание стоп и суставов нижних конечностей; сдвигание межкостных мышц стопы; пассивные движения.
Массаж ягодичных мышц: растирание гребней подвздошных костей и области крестца.



- Поглаживание области сердца, грудины и реберных дуг, растирание левой большой грудной мышцы и грудины, разминание больших грудных мышц и мышц левого плеча; вибрационное поглаживание области сердца.
- Дыхательные упражнения.
- Массаж живота: плоскостное поверхностное круговое поглаживание мышц брюшного пресса. Массаж верхних конечностей: общими штрихами.
- Время процедуры 10-15 минут, ежедневно или через день.



В РАНИЙ ПОСЛЕБОЛЬНИЧНЫЙ ПЕРИОД

- массаж в комплексе с адекватными дозированными физическими нагрузками способствует восстановлению нейрогуморальных процессов, улучшает функцию пищевого канала, помогает коронарному кровообращению, повышает уровень процессов метаболизма в миокарде и таким образом содействует адаптации и восстановлению работоспособности организма.



МАССАЖ В ПЕРИОД САНАТОРНО-КУРОРТНОГО ЛЕЧЕНИЯ

- Положение больного: лежа на спине на массажном столе, подкладными валиками обеспечивают среднефизиологическое положение тела для предельного расслабления мышц.
- Воздействие на паравертебральные зоны DVIII - GIII от нижележащих к вышележащим сегментам: поглаживание (плоскостное, опорной частью кисти), растирание (концами пальцев, в циркулярных направлениях); разминание (надавливание, сдвигание); вибрационное поглаживание. Поглаживание и растирание межреберных промежутков.
- Массаж широчайших мышц спины, трапецевидных мышц и мышц шеи.
- Массаж грудной клетки: нежное в медленном темпе поглаживание и растирание области сердца, грудины и левой реберной дуги от мечевидного отростка к позвоночному столбу; поглаживание и растирание левой большой грудной мышцы, левого плеча и лопаточной области. Вибрационное поглаживание грудной клетки.



- Массаж живота: поглаживание, растирание, разминание, вибрация мышц брюшного пресса. При атонии кишок и запоре - массаж.
- Массаж верхних и нижних конечностей проводят общими штрихами.
- Длительность процедур 15-20 минут, курс 12-15 процедур, ежедневно или через день.
- Больным хронической ишемической болезнью сердца и ее осложнениями показан щадящий массаж, исключая энергичные воздействия.
- Приемы вызывающие болевые ощущения недопустимы, так как болевые раздражители рефлекторно вызывают ряд неблагоприятных вегетативных реакций, что может способствовать усилению ишемии миокарда.



МЕТОДИКА МАССАЖА ПРИ ГИПЕРТОНИЧЕСКОЙ БОЛЕЗНИ

- Ведущим фактором в механизме развития гипертонической болезни является перенапряжение нервно-психической сферы.
- К вторичным факторам относится ишемия почек, а также эндокринные факторы.
- С помощью массажа можно уменьшить или ликвидировать неприятные ощущения в области сердца, тяжесть в голове, головные боли, головокружения, шум в ушах.
- Под влиянием массажа улучшается сон, повышается работоспособность и снижается артериальное давление. Пациенты очень хорошо переносят массаж.



- Массаж необходимо выполнять в отдельном кабинете при полной тишине. По В. Н. Мошкову при гипертонической болезни рекомендуется применять массаж головы, шеи, области надплечий, межлопаточной области и области живота.
- В некоторых случаях у пациентов, страдающих гипертонической болезнью, одновременно имеется пояснично-крестцовый радикулит.
- В таких случаях сначала проводится массаж пояснично-крестцовой области, а затем массаж воротниковой зоны и головы.



- Цель массажа: понижение артериального давления, нормализация взаимоотношений основных корковых процессов, улучшение периферического, мозгового кровообращения и кровообращения в сердечной мышце, ликвидация отёков и застойных явлений, нормализация внутрибрюшного давления и функции кишечника.



- Массаж головы, шеи, надплечий и межлопаточной области выполняется в исходном положении пациента сидя на стуле.
- Исходное положение массажиста сидя или стоя позади пациента зависит от того, какой участок подвергается массажу.
- Массаж живота выполняют в исходном положении пациента лёжа на спине, а массажист стоит сбоку со стороны правой руки пациента.



- Процедуру начинают с массажа межлопаточной области:
 1. Лёгкое плоскостное поглаживание обеими руками от затылочной кости вниз до уровня линии, соединяющей нижние углы лопаток. Обе ладони массажиста движутся задним ходом по обе стороны от позвоночника. Все остальные приёмы выполняют в том же направлении и до указанного уровня.
- Затем применяют поглаживание ромбом. Продольное поглаживание и поглаживание ромбом считается как один приём.
 2. Попеременное растирание межлопаточной области.



- Глубокое поглаживание продольное и ромбом.
- 4. Спиралевидное растирание четырьмя пальцами межлопаточной области сверху вниз передним или задним ходом. Приём лучше выполнять одной рукой, а свободной рукой массажист придерживает пациента за надплечье.
- 5. Глубокое поглаживание продольное и ромбом.
- 6. Глубокое поперечное прерывистое разминание обеими руками справа и слева от позвоночника сверху вниз.



7. Глубокое поглаживание продольное и ромбом.
8. Рубление вдоль межлопаточной области.
9. Поверхностное поглаживание продольное и ромбом.



□ **После этого переходят к массажу области шеи и надплечий:**

1. Обхватывающее поглаживание обеими руками сверху вниз от затылочной кости и в стороны по надплечьям к плечевым суставам.
2. Попеременное растирание шеи и надплечий.
3. Глубокое плоскостное поглаживание задним ходом от затылочной кости по боковой и задней поверхностям шеи и по надплечьям к плечевым суставам.
4. Пиление на той же поверхности.
5. Глубокое плоскостное поглаживание передним ходом.
6. Спиралевидное растирание четырьмя пальцами передним ходом с достаточной силой давления.
7. Глубокое плоскостное поглаживание передним ходом.
8. Глубокое поперечное прерывистое или щипцеобразное разминание верхней части трапецевидной мышцы от затылочной кости вниз и в стороны к плечевым суставам.
9. Плоскостное поглаживание задним ходом.
10. Похлопывание.
11. Обхватывающее поглаживание.



- **После массажа межлопаточной области, шеи и надплечий переходят к массажу затылка:**
 1. Длинное заднее поглаживание.
 2. Зигзагообразное растирание затылка подушечками четырёх пальцев снизу вверх.
 3. Длинное заднее поглаживание.
 4. Спиралевидное растирание четырьмя пальцами в том же направлении.
 5. Длинное заднее поглаживание.
 6. Спиралевидное растирание большим пальцем.
 7. Длинное заднее поглаживание.
 8. Сдвигание.
 9. Длинное заднее поглаживание.
 10. Пунктирование.
 11. Длинное заднее поглаживание.



- **От массажа затылка переходят к массажу области лба:**
 1. Длинное переднее поглаживание.
 2. Спиралевидное растирание четырьмя пальцами на переднебоковой поверхности шеи одновременно обеими руками.
 3. Длинное переднее поглаживание.
 4. Спиралевидное растирание от средней линии лба к вискам. Приём выполняют четырьмя пальцами одной руки. При этом правая рука движется от средней линии лба к левому виску, а свободная рука фиксирует голову пациента.
 5. Поглаживание от средней линии лба к вискам одновременно обеими руками.
 6. Перемежающееся надавливание от средней линии лба к вискам.
 7. Плоскостное глубокое поглаживание вдоль волокон лобных мышц от бровей к передней границе волосистой части головы одновременно обеими руками.
 8. Пунктирование.
 9. Длинное переднее поглаживание.



- **После массажа области лба переходят к массажу волосистой части головы:**
 1. Длинное переднее поглаживание.
 2. Зигзагообразное растирание в сагиттальном направлении. Приём выполняют одной рукой, а другая в это время фиксирует голову пациента.
 3. Раздельно-последовательное поглаживание волосистой части головы.
 4. Спиралевидное растирание четырьмя пальцами волосистой части головы.
 5. Поглаживание.
 6. Спиралевидное растирание большим пальцем.
 7. Поглаживание.
 8. Перемежающееся надавливание.
 9. Поглаживание.
 10. Сдвигание.
 11. Поглаживание.
 12. Пунктирование.
 13. Поглаживание волосистой части головы.



- Процедуру заканчивают длинным передним и задним поглаживанием. Массаж головы и воротниковой зоны продолжают 15-20 минут ежедневно. В тех случаях, когда пациент жалуется на боли в области сосцевидных отростков, теменных бугров и надбровных дуг, на указанных участках применяют круговое растирание одним или двумя пальцами и стабильную механическую вибрацию резиновым воронкообразным вибратором.



- По В. Н. Мошкову кроме массажа головы и воротниковой зоны при гипертонической болезни применяют и массаж живота.
- Он нормализует внутрибрюшное давление, устраняет высокое стояние диафрагмы, улучшает состояние брюшного пресса, ликвидирует застой и улучшает деятельность кишечника, рефлекторным путём, через вегетативную нервную систему, снижает кровяное давление.
- Область живота массируют энергично, но не грубо.
- Приёмы должны быть глубокими, но в то же время мягкими, эластичными, ритмичными и безболезненными:



- 1. Круговое плоскостное поверхностное поглаживание.
- 2. Спиралевидное растирание четырьмя пальцами.
- 3. Круговое плоскостное глубокое поглаживание.
- 4. Накатывание.
- 5. Круговое плоскостное глубокое поглаживание.
- 6. Поперечное прерывистое разминание.
- 7. Круговое плоскостное поглаживание.
- 8. Спиралевидное растирание четырьмя пальцами по ходу толстого кишечника.
- 9. Глажение без отягощения в том же направлении и по той же линии.
- 10. Перемежающееся надавливание там же.
- 11. Глажение с отягощением там же.
- 12. Подталкивание.
- 13. Круговое плоскостное поглаживание всего живота.
- Продолжительность процедуры- 10-15 минут ежедневно.
- Курс- 15 процедур повторяется регулярно через полтора- два месяца.



▣ **Методика массажа при гипотонической болезни**

В хронической гипотонии различают две формы: симптоматическую гипотонию и нейроциркуляторную или первичную гипотонию. Симптоматическая гипотония наблюдается как один из симптомов при хронических заболеваниях, таких как язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки, аддисонова болезнь и другие. Нейроциркуляторная или первичная гипотония- это самостоятельное заболевание, при котором низкое артериальное давление обусловлено нарушением функции аппарата, регулирующего тонус сосудистой системы.



- Пациенты с первичной гипотонией жалуются на головные боли, головокружение, общую слабость, вялость, потемнение в глазах, особенно при быстром вставании. Такие пациенты вспыльчивы, раздражительны, потливы. У них наблюдается понижение памяти, неприятные ощущения в области сердца. При отрицательных эмоциях возникает сердцебиение. Пациенты жалуются на онемение и похолодание пальцев рук и ног.



- **Гипотоническая болезнь** протекает с периодами ухудшения и улучшения состояния пациента.
- Отрицательные эмоции, физические и психические перенапряжения обостряют заболевание. При лечении гипотонической болезни важное значение имеет массаж.



- Цель массажа:
- регулирующее влияние на динамику основных корковых процессов и функциональное состояние ангиорецепторов,
- усиление рефлекторных связей коры головного мозга с сердечнососудистой системой,
- улучшение общей гемодинамики и сосудистого тонуса,
- улучшение функции вспомогательных экстракардиальных факторов кровообращения,
- ликвидация застойных явлений в органах брюшной полости.

Для пациентов с гипотонической болезнью необходим лёгкий массаж.



- Методика массажа и его дозировка зависят от состояния пациента, клинического проявления болезни.
- При проведении общего массажа особое внимание обращают на массаж пояснично-крестцовой области, нижних конечностей и живота.
- Первые процедуры общего массажа должны быть непродолжительными, в среднем до тридцати минут.
- В последующем, по мере улучшения состояния пациента, продолжительность процедуры общего массажа может быть постепенно увеличена до сорока пяти- пятидесяти минут.



- Массаж состоит, главным образом, из приёмов поглаживания и растирания. При улучшении состояния пациента включают лёгкое разминание и лёгкую прерывистую вибрацию с большой частотой.
- При проведении общего массажа обращают внимание на массаж крупных мышечных групп.
- При гипотонической болезни можно ограничиться массажем пояснично-крестцовой области, нижних конечностей и живота.



□ **На пояснично-крестцовой области применяют лёгкий массаж с целью оказания рефлекторного влияния на надпочечники:**

1. Плоскостное спиралевидное поглаживание. Оно начинается на области ягодиц и заканчивается на уровне десятого грудного позвонка.

2. Попеременное растирание. Приём выполняют в косом направлении ёлочкой.

3. Плоскостное раздельно-последовательное поглаживание.

4. Пиление.

5. Глажение (первый вариант).

6. Спиралевидное растирание четырьмя пальцами одной или обеих рук.

7. Глажение (второй вариант). Приём можно выполнять раздельно-последовательно.

8. Полукружное разминание.

9. Плоскостное раздельно-последовательное поглаживание.

10. Лёгкое похлопывание, поколачивание или рубление.

11. Плоскостное спиралевидное поглаживание



□ **Нижние конечности массируют по методике общего массажа.** Все приёмы выполняют в проксимальном направлении:

1. Обхватывающее не прерывистое поглаживание.
2. Попеременное растирание.
3. Обхватывающее поглаживание.
4. Спиралевидное растирание четырьмя пальцами.
5. Обхватывающее не прерывистое поглаживание.
6. Продольное прерывистое разминание.
7. Обхватывающее не прерывистое поглаживание.
8. Прерывистое поперечное разминание.
9. Обхватывающее не прерывистое поглаживание.
10. Сотрясение или похлопывание.
11. Обхватывающее не прерывистое поглаживание.

Такой массаж нижних конечностей выполняют в исходном положении пациента лёжа на спине. При этом массажист старается при выполнении каждого массажного приёма охватить ногу со всех сторон.



- **На животе достаточно провести лёгкий непродолжительный массаж:**
 1. Поверхностное круговое плоскостное поглаживание. Его выполняют по всей поверхности живота.
 2. Попеременное растирание.
 3. Лёгкое круговое плоскостное поглаживание.
 4. Лёгкое пиление.
 5. Поглаживание прямых и косых мышц живота.
 6. Лёгкое спиралевидное растирание четырьмя пальцами.
 7. Комбинированное поглаживание.
 8. Лёгкое поперечное прерывистое разминание.
 9. Лёгкое комбинированное поглаживание.
 10. Сотрясение.
 11. Поверхностное круговое плоскостное поглаживание.
- Продолжительность процедуры массажа пояснично-крестцовой области, нижних конечностей и живота- 25-30 минут ежедневно.
- Курс- 20-25 процедур повторяется регулярно через полтора-два месяца



МЕТОДИКА МАССАЖА ПРИ ПОРОКАХ СЕРДЦА

Показания:

- ревматизм в неактивной фазе,
- митральные пороки сердца при отсутствии признаков текущего эндокардита,
- нормальных температуре и СОЭ и отсутствии в крови левого сдвига нейтрофилов.



ПЛАН МАССАЖА

- воздействие на паравертебральные зоны грудных и шейных спинномозговых сегментов (L1 - DXII, DV - DII, CVII - CIII) и рефлексогенные зоны грудной клетки.
- Массаж спины, межреберных промежутков, области сердца, грудины и левой реберной дуги, массаж нижних и верхних конечностей.



- Положение больного: сидя, с опорой головы на руки
о валик или подушку



МЕТОДИКА

Массаж спины:

- плоскостное поглаживание в направлении от нижележащих сегментов (L1) к вышележащим (СIII);
- поглаживания широчайших мышц спины и трапецевидных мышц;
- растирание паравертебральных зон и межреберных промежутков в направлении к позвоночному столбу, растирание нижнего края грудной клетки слева и мышц левой половины грудной клетки;
- разминание (продольное и поперечное) мышц спины, верхнего края трапецевидных мышц и левого плеча, валяние мышц левого плеча;
- похлопывание, сотрясение грудной клетки.



МАССАЖ ОБЛАСТИ СЕРДЦА И ГРУДИНЫ

- поглаживание ладонной поверхностью пальцев грудины и межреберных промежутков;
- разминание грудных мышц;
- вибрация (непрерывистая, ладонной поверхностью пальцев, похлопывание области сердца, поглаживание от грудины к позвоночному столбу;
- сдавление и растирание грудной клетки; глубокие дыхательные движения.



- Массаж нижних и верхних конечностей проводят в среднефизиологическом положении лежа на спине, широкими штрихами применяют приемы поглаживания и прерывистого разминания. Производят пассивно-активные движения в суставах конечностей.
- Нижние конечности массируют по 3-4 минуты, верхние по 2-3 минуты.
- Длительность процедуры 15-20 минут, курс 12 процедур, через день.



МЕТОДИКА МАССАЖА ПРИ МИОКАРДИОДИСТРОФИИ

Показания:

- хроническая недостаточность миокарда, вследствие интоксикации и инфекции,
- алиментарные дистрофии и гиповитаминозы,
- эндокринные заболевания и другие хронические перенапряжения миокарда.



- План массажа: воздействие на паравертебральные зоны спинномозговых сегментов (L1 - DV - DII, CVII - CIV). Массаж спины и шеи, вибрация VII шейного позвонка. Сдавление, растяжение и сотрясения грудной клетки.
- Массаж широкими штрихами нижних и верхних конечностей.
- Положение больного: лежа на животе.



МЕТОДИКА

- Плоскостное поглаживание паравертебральных зон позвоночного столба от нижележащих сегментов к вышележащим;
- кругообразное растирание этих зон концами пальцев, локтевым краем кисти;
- непрерывная вибрация и пунктирование области VII шейного позвонка;
- массаж трапецевидных и широчайших мышц спины - плоскостное и обхватывающее поглаживание, растирание концами пальцев, штрихование, строгание;
- продольное и поперечное разминание;
- растирание межреберных промежутков и реберных дуг приемами пиления пересекания.
- Поглаживание всей спины широкими штрихами. Сдавление и растяжение грудной клетки, сотрясения грудной клетки.
- Массаж нижних и верхних конечностей: применяют приемы поглаживания и разминания широкими штрихами.
- Длительность процедуры 20-25 минут, курс 12-15 процедур, через день.



МЕТОДИКА МАССАЖА ПРИ ХРОНИЧЕСКОЙ СЕРДЕЧНОСОСУДИСТОЙ НЕДОСТАТОЧНОСТИ

- В первой стадии (латентной) хронической сердечнососудистой недостаточности одышка и сердцебиение возникают при обычной нагрузке. К концу дня работоспособность понижается.
- Вторая стадия хронической сердечнососудистой недостаточности делится на фазы А и Б.
- Во второй стадии фазы А одышка и сердцебиение появляются при незначительной физической нагрузке. Повышается общая утомляемость. К концу дня на нижних конечностях появляются отёки, которые исчезают к утру после ночного сна



- Первая стадия и вторая стадия фазы А полностью обратимы при условии своевременно начатого и целенаправленного лечения В этих же стадиях массаж даёт наилучший лечебный эффект.
- Во второй стадии фазы Б и третьей стадии хронической сердечнососудистой недостаточности массаж не показан.



ЦЕЛЬ МАССАЖА

- общее укрепление организма,
- стимуляция центральной нервной системы, обмена веществ,
- тренировка сердечнососудистой системы,
- улучшение функции вспомогательных экстракардиальных факторов кровообращения,
- ликвидация застойных явлений и отёков в тканях,
- улучшение крово- и лимфообращения в мышцах и
- активизация окислительно-восстановительных процессов.



- Пациентам с первой стадией хронической сердечнососудистой недостаточности назначают общий массаж.
- При проведении общего массажа используют все без исключения массажные приёмы средней интенсивности.



- Начинают общий массаж с области спины. Это обеспечивает приток крови на периферию, что в значительной степени облегчает работу сердца. В конце массажа спины можно выполнить лёгкое поколачивание или рубление в области остистого отростка седьмого шейного позвонка и в межлопаточной области.
- После этого выполняют массаж конечностей и заканчивают массажем живота.



- Массаж живота выполняют по методике массажа брюшного пресса. Энергичный массаж живота противопоказан таким пациентам, так как он может вызвать коллаптоидное состояние, особенно после прерывистой ручной вибрации.
- Очень сильное разминание мышц брюшного пресса может вызвать головокружение из-за резкого падения артериального давления.
- Продолжительность процедуры- 40-45 минут. При улучшении общего состояния пациента её постепенно увеличивают до шестидесяти минут.
- Массаж применяют ежедневно или через день.
- Курс- 10-12 процедур регулярно повторяется через один-полтора месяца.



□ Во второй стадии фазы А применяют массаж конечностей с целью борьбы с тканевыми отёками, улучшения периферического кровообращения, облегчения работы сердца, улучшения функции вспомогательных экстракардиальных факторов кровообращения и улучшения общего тонуса организма:

1. Общее обхватывающее не прерывистое поглаживание от пятки или основания пальцев стопы до под ягодичной складки или паховых лимфатических узлов. Положение пациента лёжа на спине.



- 2. Попеременное растирание.
- 3. Обхватывающее прерывистое поглаживание. Все массажные приёмы, особенно приёмы поглаживания, выполняют строго ритмично и в относительно замедленном темпе.
- 4. Спиралевидное растирание средней интенсивности четырьмя пальцами.
- 5. Обхватывающее не прерывистое глубокое поглаживание.
- 6. Продольное не прерывистое разминание.
- 7. Обхватывающее отдельно-последовательное поглаживание. Этот приём необходимо выполнять особенно медленно.
- 8. Поперечное не прерывистое разминание. Все приёмы разминания необходимо выполнять только от периферии к центру.
- 9. Обхватывающее прерывистое поглаживание с перекрытием.
- 10. Сотрясение.
- 11. Обхватывающее не прерывистое поглаживание.



При массаже верхних конечностей выполняют:

1. Обхватывающее не прерывистое поглаживание от лучезапястного сустава до ключично-акромиального сочленения.
2. Двойное кольцевое растирание.
3. Поглаживание.
4. Двойное кольцевое разминание.
5. Поглаживание.
6. Сотрясение или встряхивание.
7. Обхватывающее не прерывистое поглаживание. Во время массажа массажист обязан следить за состоянием пациента, его пульсом, дыханием.

Массаж конечностей не должен быть продолжительным.

Продолжительность процедуры массажа руки- 5-6, а каждой ноги- 7-8 минут. Курс- 10 процедур и повторяется регулярно через 3-4 недели.



□ Спасибо за внимание!

