



# МЕДИЦИНСКИЙ МАССАЖ



**БОНДАРЕНКО Михаил Геннадиевич**  
преподаватель массажа и ЛФК  
**ГБОУ СПО «Кисловодский медицинский колледж»**  
Министерства здравоохранения РФ  
2016



# МАССАЖ – раздел современной физиотерапии

МАССАЖ - это физиотерапевтический метод, представляющий собой совокупность приемов упорядоченного, дозированного механического воздействия (включающего механическую деформацию и вибрацию в инфразвуковом диапазоне), без проникновения через кожные покровы и без мобилизации относительно друг друга сегментов костно-суставных структур опорно-двигательного аппарата.

**Проф. Еремушкин М.А.**

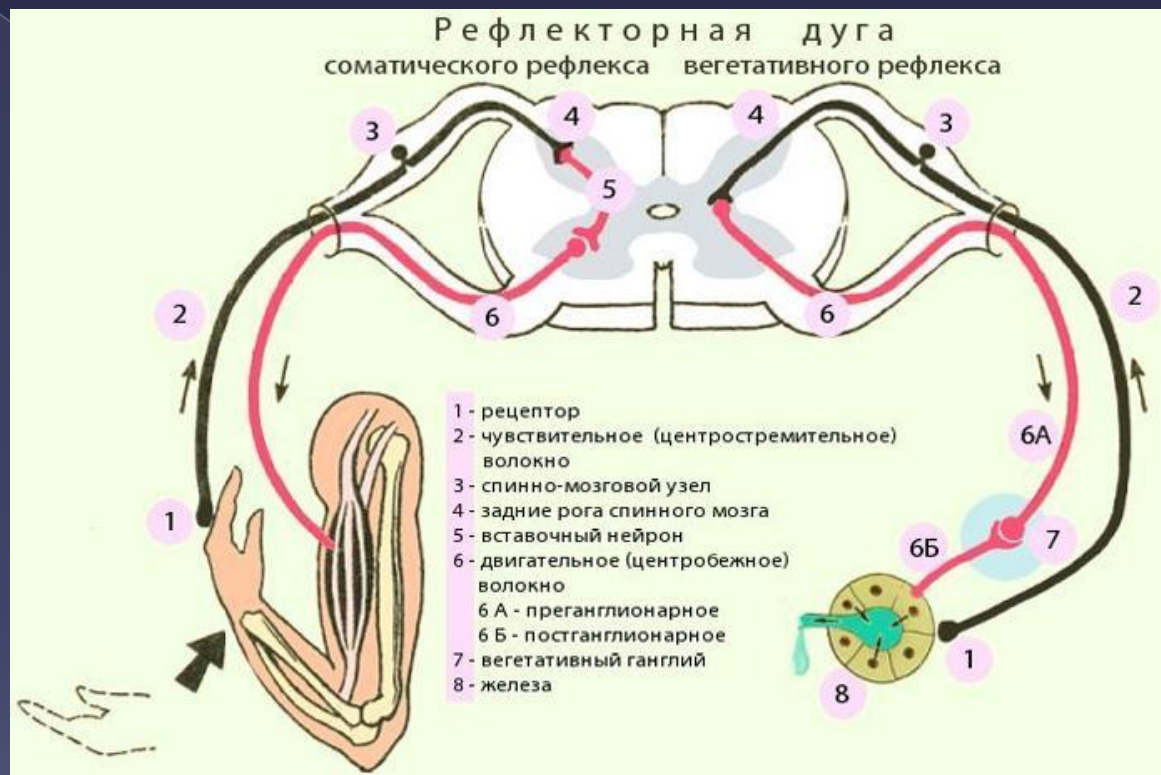


# «КТО УМЕЕТ РАЗМИНАТЬ, УМЕЕТ МАССИРОВАТЬ»

- **МАССАЖ** направлен на послойное устранение функциональных изменений в мягких тканях (кожа, соединительная ткань, мышцы, надкостница) и рефлекторного воздействия на внутренние органы, без мобилизации относительно друг друга сегментов костно-суставных структур опорно-двигательного аппарата.
- Все массажные техники базируются на 4 приемах, имеющих множественные разновидности - **ПОГЛАЖИВАНИИ, РАСТИРАНИИ, РАЗМИНАНИИ И ВИБРАЦИИ.**
- Пусковым механизмом лечебного действия массажа и других мануальных техник является механическое раздражение, которое передается тканям человеческого организма при помощи рук специалиста.



# МЕХАНИЗМ ЛЕЧЕБНОГО ДЕЙСТВИЯ МАССАЖА



Мануальное механическое раздражение рецепторного поля, в результате нейрофизиологических процессов формирует в центральной нервной системе ответные реакции, оказывает выраженное местное и общее действие на организм.



# Основные действующие факторы массажа: нейрорефлекторный, гуморальный и механический.

Нейрорецепторы, воспринимая мануальные раздражители, передают их в виде нервных импульсов в центральную нервную систему, где возникают импульсы, которые распространяясь по центробежным (афферентным) путям на различные органы, системы и ткани организма, стимулируют или затормаживают их функцию. При строго дозированном воздействии в организме разворачивается целый комплекс адапционно-компенсаторных реакций, включаются механизмы ауторегуляции. Это вызывает перестройку нейроэндокринной, гуморальной, иммунной и выделительной систем; патологические рефлексы угасают, начинают формироваться нормальные физиологические нейрорефлекторные связи, что приводит к восстановлению функций, нарушенных патологическим процессом.

Рис. Двунейронная моносинаптическая рефлекторная дуга колennого рефлекса







# Классический массаж

Классический (от латинского classicus– образцовый) массаж.

**Основатели: И.З. Заблудовский (1901), А.Ф.Вербов (1941)**

Методика проведения классического массажа:

1) послойное воздействие на мягкие ткани (кожа, подкожная клетчатка - соединительная ткань, поверхностный слой мышц, глубокий слой мышц, надкостница, внутренние органы)

2) последовательное выполнение 4 основных приемов массажа – поглаживания, растирания, разминания и вибрации

3) массаж отдельной анатомической области

4) по направлению к регионарным лимфатическим узлам и сердцу

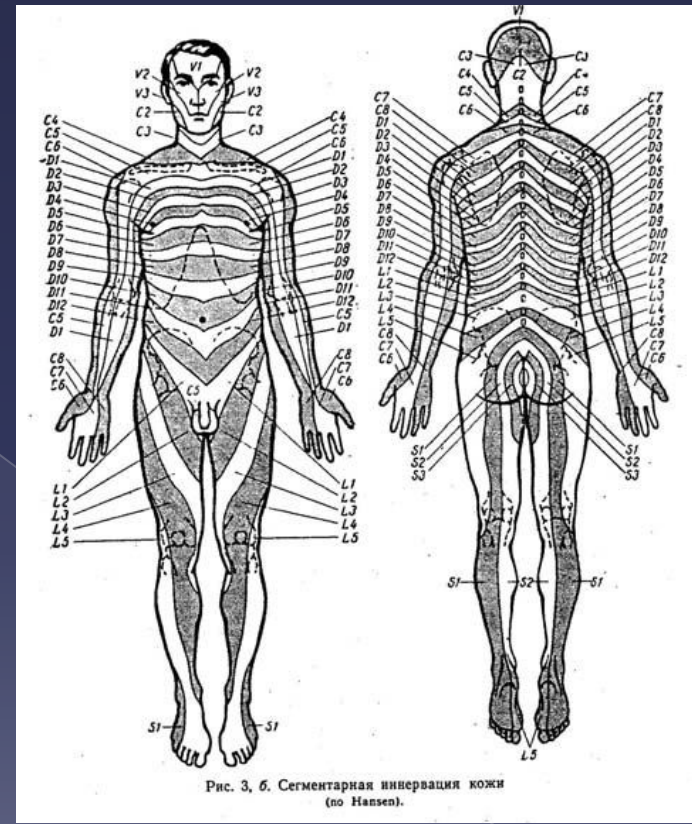
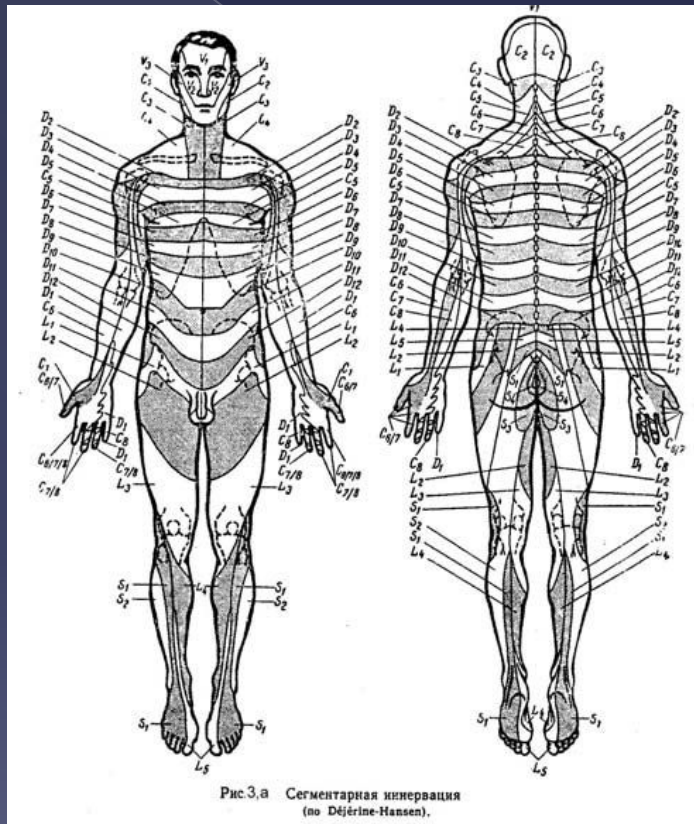
5) от периферии к центру

6) процедура классического массажа состоит из массажа нескольких анатомических областей



# СЕГМЕНТАРНЫЙ МАССАЖ

Отто Глезер, Вальтер Далихо (1962)



Сегментарный массаж (от [лат.](#) segmentum — отрезок, полоса, от secō — режу, рассекаю) Акцентируется воздействие на небольшие рефлекторные зоны, четко связанные с принципом метамерного строения тела и сегментарной иннервацией.



## Основополагающие принципы рефлекторного мануального воздействия:

- 1) от нижележащих сегментов к вышележащим в области позвоночника,
- 2) устранение рефлекторных изменений сначала дорзально, а затем вентрально,
- 3) по направлению к регионарным лимфатическим узлам и сердцу
- 4) от периферии к центру на конечностях,
- 5) послойное воздействие на ткани (кожа, подкожная клетчатка, поверхностный и глубокий слой мышц, надкостница, суставы, внутренние органы)

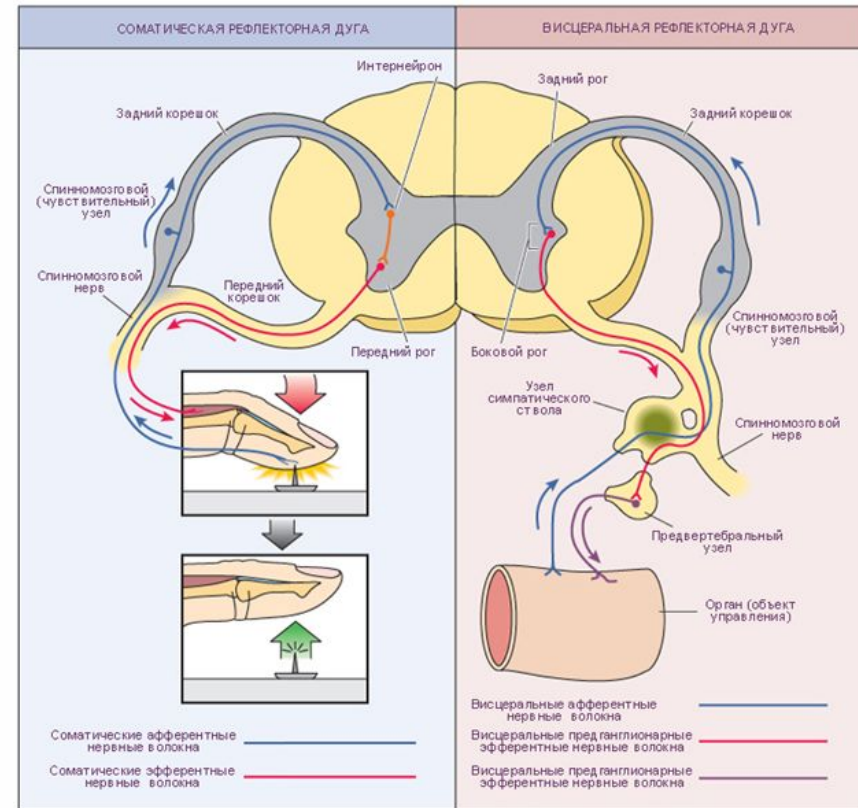
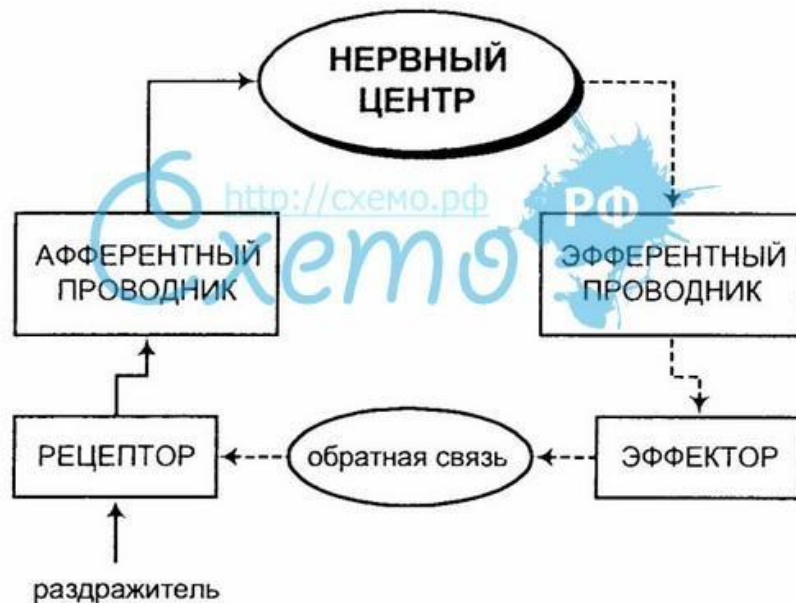


# СЕГМЕНТАРНАЯ ИННЕРВАЦИЯ ВНУТРЕННИХ ОРГАНОВ

ОРГАН	СПИННОМОЗГОВЫЕ СЕГМЕНТЫ
1.Сердце	С3-С4, Д1-Д6 слева
2.Легкие и бронхи	С3-С4, Д1-Д9
3.Пищевод	Д3-Д5
4.Желудок	С3-С4, Д5-Д9 слева
5.Тонкий кишечник	С3-С4, Д9-Л2
6.Толстый кишечник, слепая кишка, червеобразный отросток	С3-С4, Д12-Л1 справа
7.Поперечная ободочная кишка	С3-С4, Д9-Д12
8.Нисходящая ободочная кишка	С3-С4, Д10-Л2
9.Сигмовидная и прямая кишка	Д11-Л2, S2-S4
10.Печень, желчный пузырь	С3-С4, Д6-Д10 справа
11.Поджелудочная железа	С3-С4, Д7-Д9 слева
12.Почка, мочеточник	С3-С4, Д10-Л2
13.Мочевой пузырь	Д11-Л3, S2-S4
14.Матка	Д10-Л3, S2
15. Яичник, придатки матки	Д10-Л3, S2-S4
16. Молочная железа	Д4-Д6

# Соматическая и вегетативная нервная система

## РЕФЛЕКТОРНАЯ ДУГА И РЕФЛЕКТОРНОЕ КОЛЬЦО



## Физиологическое действие симпатического и парасимпатического отделов вегетативной нервной системы на внутренние органы и эндокринные железы

ЭФФЕКТОРНЫЙ ОРГАН	ВОЗБУЖДЕНИЕ СИМПАТИЧЕСКОГО ОТДЕЛА ВНС	ВОЗБУЖДЕНИЕ ПАРАСИМПАТИЧЕСКОГО ОТДЕЛА ВНС
1. Сердце	учащение сокращений	урежение сокращений
2. Коронарные сосуды	расширение просвета	сужение
3. Периферические сосуды	сужение	расширение
4. Бронхи	расширение просвета	сужение
5. Пищевод	расслабление	спазм
6. Желудок, тонкий и толстый кишечник	торможение перистальтики	стимуляция
7. Поджелудочная железа и желчевыводящие пути	торможение функции	стимуляция
8. Мочевой пузырь	задержка мочеиспускания	свободное мочеиспускание
9. Половые органы	сужение сосудов	расширение сосудов
10. Зрачки, глазная щель	расширение	сужение
11. Щитовидная железа	стимуляция секреции	торможение секреции
12. Надпочечники	стимуляция адреналовой системы	торможение
13. Потовые железы	скудное выделение липкого пота (страх, агония)	обильное выделение водянистого пота
14. Слюнные железы	скудные выделения вязкой слюны	обильное выделение водянистой слюны

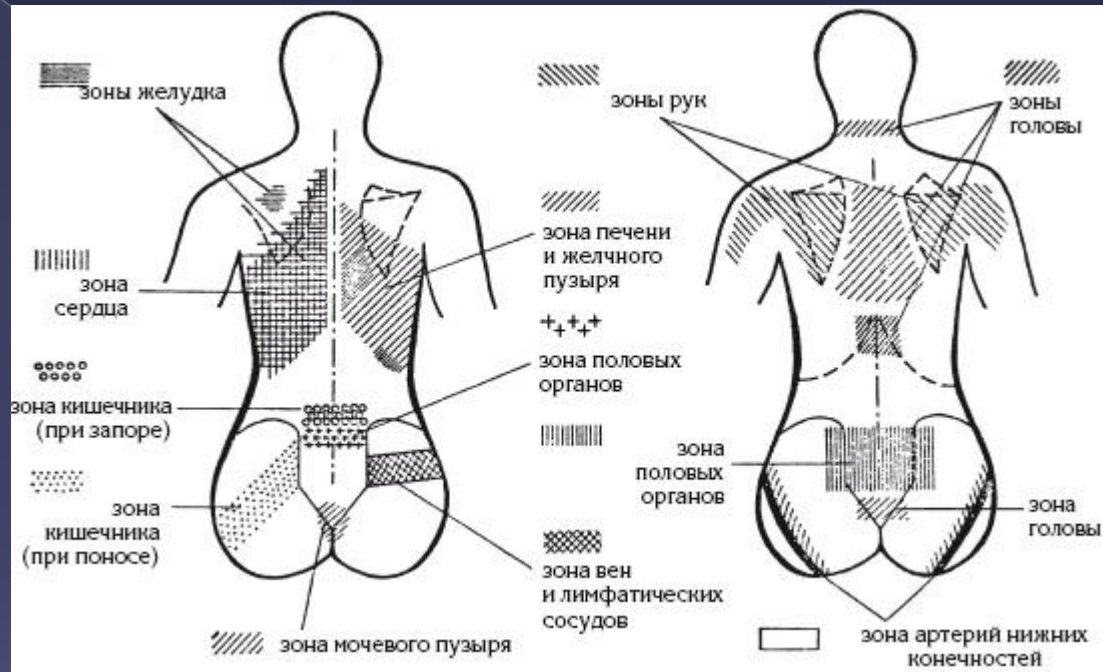
# Признаки типов конституции тела (по Birkmeyer, Conrad, Lambert, Kretschmer, Sheldon, Winter)

ОБЪЕКТ НАБЛЮДЕНИЯ	СИМПАТИЧЕСКИЙ ОТДЕЛ ВНС	ПАРАСИМПАТИЧЕСКИЙ ОТДЕЛ ВНС
1.Строение тела	долихоморфное	брахиморфное
2.Волосы	сухие, блестящие	мягкие, глянцевые
3.Оволосение тела	слабо выражено	хорошо выражено
4.Лицо	бледное, напряженное	розовое, спокойное
5.Дермографизм	повышенный	замедленный
6.Рельеф поверхности тела	подкожная клетчатка слабо выражена	хорошо развита
7. Мышцы	тонус повышен	тонус понижен
8. Конечности	холодные, напряженные	теплые, расслабленные
9. Ногти	ломкие	эластичные
10.Слизистая оболочка	полость рта сухая	полость рта влажная
11.Пульс	учащенный	замедленный
12.Частота дыхания	повышена	понижена
13.Изменения тканей	сильно выражены	слабо выражены
14.Возбудимость	сильная	слабая
15.Подвижность	гипермобильность	гипомобильность
16.Чувствительность к теплу	высокая	низкая
17.Чувствительность к холоду	низкая	высокая
18.Склонность к потоотделению	сильная	слабая
19.Утомляемость	быстрая	медленная
20.Продолжительность сна	короткая	длинная



# СОЕДИНИТЕЛЬНОТКАННЫЙ МАССАЖ

Основатели: Элизабет Дикке и Теодора Лейбе (1929)



○ **Массаж рефлекторных зон соединительной ткани основан на смещении и растяжении кончиками 3-4 пальцев слоев соединительной ткани.**

○ **Технику соединительнотканного массажа делят на кожную, подкожную и фасциальную. Обычно массажист, выполняя процедуру соединительнотканного массажа, работает сочетанием разных техник в зависимости от глубины изменений соединительной ткани у пациента.**





# Техника СТМ

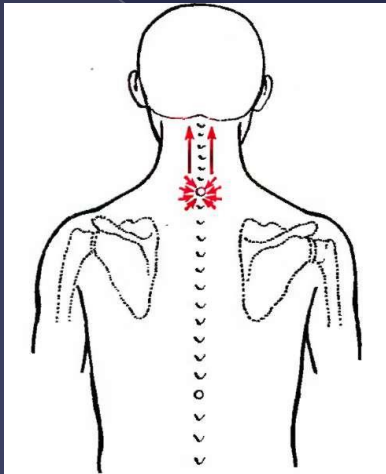
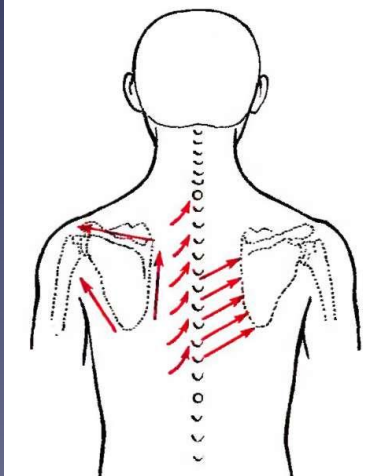
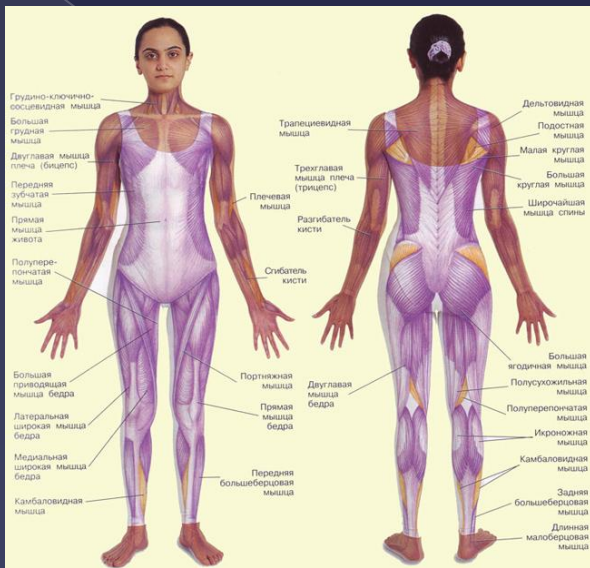


Рис. 64. Направление массажных движений при соединительнотканном массаже плечевого пояса.



- Подкожная техника СТМ включает короткие и длинные движения. Короткие движения осуществляются в три фазы:
- 1) Соприкосновение кончиков среднего и безымянного пальцев с массируемым участком;
- 2) Сдвигание складки подкожной соединительной ткани до возможных границ ее смещения (обычно на 1 - 3 см), сдвигание массажист осуществляет по направлению "на себя";
- 3) Растяжение складки подкожной соединительной ткани в течение нескольких секунд, при этом кончики пальцев фиксируют натяжение. Растяжения производится "на себя".
- Короткие движения СТМ выполняются перпендикулярно по отношению к краям сухожилий, костей, мышц, суставных капсул. Они проводятся рядом друг с другом, при этом указательный палец при переходе от одного короткого движения к другому служит опорой и, почти всегда, передвигается впереди работающих среднего и безымянного пальцев. Третья фаза короткого движения является лечебной и сопровождается ощущением рези или "царапанья ногтем".

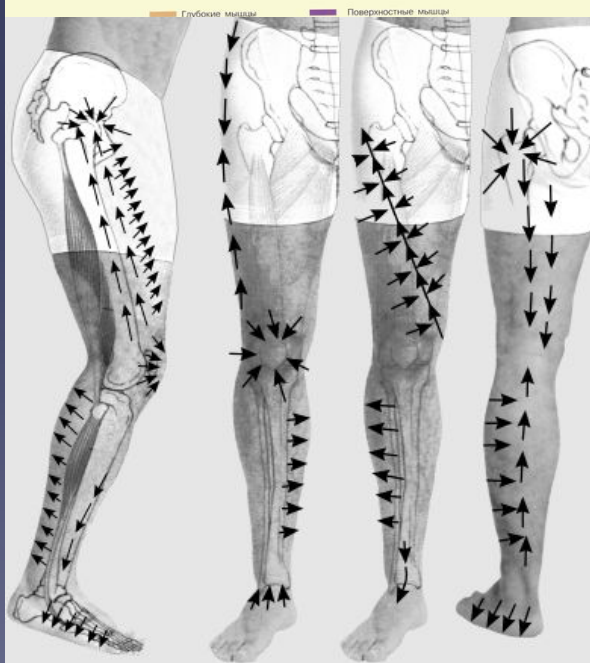


**Длинные движения выполняются после серии коротких параллельны краям сухожилий, фасций или мышц. Длинные движения также состоят из нескольких фаз:**

- 1. Контакт кончиков среднего и безымянного пальцев к коже большого.**
- 2. Сдвигание складки соединительной ткани до возможного предела смещения.**
- 3. Долгое растяжение складки соединительной ткани.**

**Долгое растяжение (третья фаза) является лечебным воздействием и также сопровождается ощущением рези или "царапанья ногтем". В отличие от растяжения при коротком движении, когда кончики пальцев растягивают складку соединительной ткани, оставаясь на одном месте, растяжение при длинном движении осуществляется с перемещением вдоль края сухожилия или фасции.**

**Фасциальная техника выполняется в две фазы. Короткие движения - растяжение без смещения. Пациент сразу ощущает острую резь.**



# ПАТОЛОГИЧЕСКИЕ ИЗМЕНЕНИЯ В ТКАНЯХ И ПРИМЕНЯЕМЫЕ МАССАЖНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

ВИД ТКАНИ	ПАТОЛОГИЧЕСКИЕ ИЗМЕНЕНИЯ	ВИД МАССАЖА
КОЖА	Отек, гипералгезия, парестезия, участки укорочения	Классический массаж (поглаживание, растирание), РСМ, СТМ (кожная техника), растяжение
СВЯЗКИ, ФАСЦИИ, СОЕДИНИТЕЛЬНАЯ ТКАНЬ	Патологическое укорочение, набухания, уплотнения, втяжения, фасциальный или лигаментозный триггер	Классический массаж (растирание), РСМ, соединительнотканый массаж, миофасциальный релиз, растяжение
МЫШЦЫ	Миофасциальный алгический гипертонус (миофасциальный триггер), патологическое укорочение мышцы, изменения координаторных взаимоотношений	Классический, РСМ, СТМ, миофасциальный релиз; растяжение, протяжение, миотерапия
НАДКОСТНИЦА	Втяжения, набухания, периостальный триггер	Локальное растирание, давление



**БЛАГОДАРИМ ЗА ВНИМАНИЕ!!!**



**«Уважай себя,  
уважай нас,  
уважай массаж,  
посети нас!»  
(Надпись на двери  
массажного кабинета )**