

**ГБУ « ПОО »**  
**Астраханский базовый медицинский колледж**

**Презентация мультимедийной лекции**

**Предмет: «Основы Реабилитации»**

**Тема: «Основы массажа»**

**Преподаватель: Блинкова Н.Д.**

**г. Астрахань 2015 год**

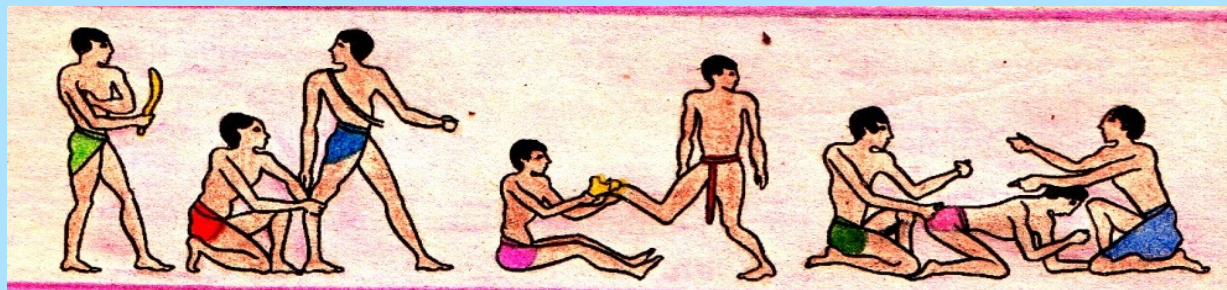
## Студент должен знать:

- *историю развития массажа*
- *понятие о медицинском массаже*
- *механизм действия массажа*
- *влияние массажа на системы организма*
- *показания к назначению массажа*
- *противопоказания к назначению массажа*
- *анатомо-физиологические основы массажа*
- *топографию поверхностных мышц*
- *классификацию массажа по форме, виду*
- *ответные реакции организма на массаж*
- *действие различных видов массажа*
- *понятие мануальной терапии*
- *гигиенические основы массажа*
- *сочетание массажа с другими методами реабилитации*

**Mass** (араб.сл.) – «нежно касаться»

**Masso** (греч.сл.) – «мять, месить»

**Massa** (лат.сл.) – «пристающий к пальцам»



*Папирус  
Древнего  
Египта*

## В древности

- массаж – лечебное средство, средство сохранения здоровья
- массажем целители лечили боли в суставах, вывихи, спазмы мышц, головную боль
- массаж применяли в Римских термах, в русских банях – хвощевание
- Рим – Гиппократ «Сухое трение стягивает, а нежное утолщает ткани»
  - Асклепиад основал школу массажа
- Египет – «никто не выходил из бани, не подвергнувшись массажу» (Альпинис)



- массаж в примитивном варианте применялся ацтеками и инками
- **Цельс** рекомендовал массаж для удаления отложений и выпотов ткани
- **Гален** – гл.врач школы гладиаторов в Пергаме - ввел массаж в систему военного воспитания

Средневековье – ~~Ф.У. массаж~~

**Эпоха возрождения** - Сиучи, Бертуччио, Егилата возбудили интерес к Ф.У. и массажу своими работами по анатомии

- XVв Де Шоуль – советник короля Генриха II написал книгу о банях и массаже
- XVIIIв Андру подробно описал массаж

До XIXв массаж не был научно обоснован



**Тиссо:** растирание живота увеличивает перистальтику кишечника

**Линг:** массаж средство в борьбе с утомлением, травмами

**ХІХв в Европе, России появились клинические и экспериментальные работы по массажу**

**Плеяда русских ученых - М.Я. Мудров, А.А. Остроумов, В.А. Манассеин, С.П. Боткин, И.М. Саркизов-Серозини, А.В. Вербов, В.И. Дубровский – внесли большой вклад в развитие лечебного массажа**

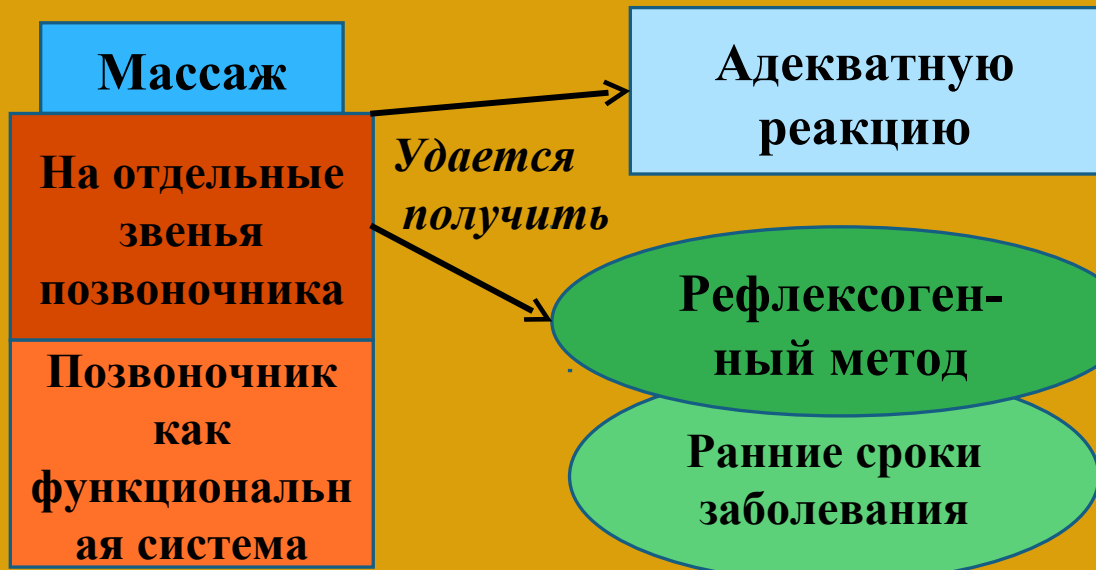
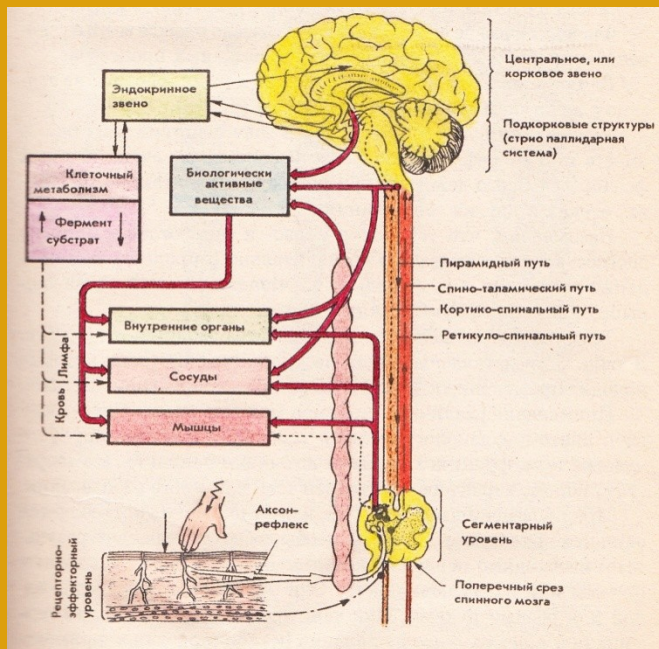


**1900г** американские врачи применяли массаж при подготовке спортсменов к Олимпийским играм в Париже

**1906г** Р. Коста дал научное обоснование и разработал методику массажа (франц. физиолог)

**1923г** курс массажа вошел в программу обучения студентов Московского института физкультуры, создана кафедра ЛФК

# Массаж – дозированное механическое раздражение участков тела рукой массажиста или специальными приспособлениями, аппаратами



Позвоночник как функциональная система

Механизм действия массажа

нервный

гуморальный

механический

# Массаж



Раздражение рецепторов кожи, мышц, сухожилий, суставных сумок, связок, стенок сосудов



Импульсы



Большие полушария  
головного мозга



Общая реакция

Функциональные  
сдвиги в организме



# Влияние массажа на кожу

**Массаж**

**Кожа**

**Удаление ороговевшего эпителия**

**Улучшение работы потовых желез**

**Улучшение работы сальных желез**

**Улучшение кровонаполнения**

**Уменьшение венозного застоя**

**Повышение температуры кожи**

**Увеличение обменных процессов**





# Влияние массажа на нервную систему

**Массаж**

**Нервная система**

**Периферическая**

**Снижение  
трофических  
расстройств**

**Ускорение  
регенерации**

**Улучшение  
проводимости**

**Уменьшение боли**

**Центральная**

**Снижение  
возбудимости**

**Улучшение трофики**

**Улучшение  
проводимости**

**Усиление  
рефлекторных связей**

**С**

**мышцами**

**С**

**сосудами**

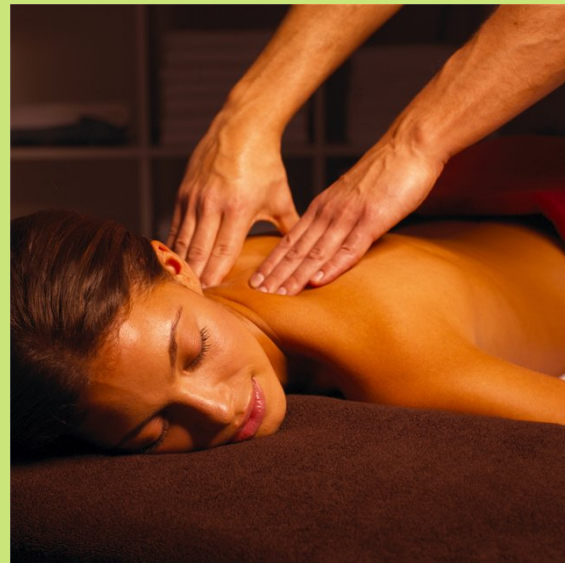
**С**

**внутренни  
ми  
органами**



# Влияние массажа на мышцы и суставы

## Массаж



### Суставной аппарат

Повышается  
кровоснабжение

Ускоряется  
движение  
синовиальной  
жидкости

Увеличивается  
эластичность  
связок

Уменьшаются  
боли, отек,  
сморщивание  
сумки

Увеличивается  
амплитуда  
движения

### Мышечная система

Повышается  
эластичность  
волокон

Улучшается  
сокращение

Замедляется  
атрофия

Увеличивается  
приток кислорода

Улучшаются окис-  
восстан. процессы

Уменьшаются  
устоления, боли

Восстанавливается  
работоспособность

# Влияние массажа на кровеносную и лимфатическую системы

**Массаж**

**Кровеносная и  
лимфатическая системы**

**Расширение и  
раскрытие резервных  
капилляров**

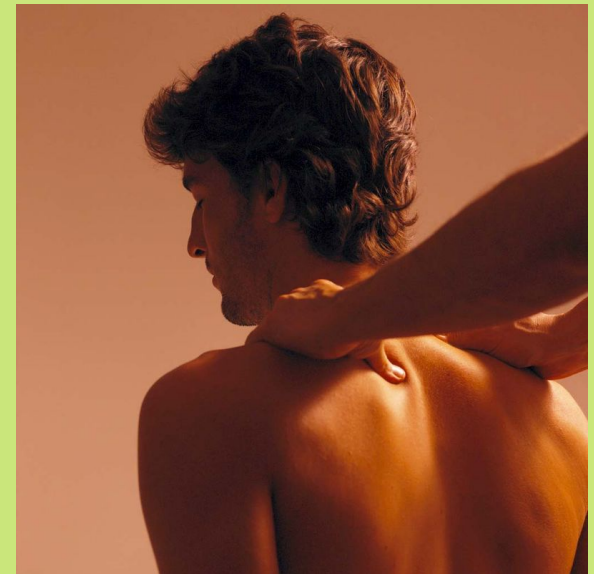
**Приток крови к месту  
массажа**

**Улучшение  
перераспределения  
крови**

**Воздействие на  
местный лимфоток и  
лимфатич. систему**

**Расширение  
лимфатических  
сосудов**

**Ускорение  
лимфообразования и  
лимфооттока**



## Показания к назначению массажа

- Лечение и реабилитация пациентов в различные фазы заболеваний и травм
- Первичная и вторичная профилактика заболеваний
- Повышение умственной работоспособности
- Восстановление физической работоспособности
- Физическое совершенствование



## Противопоказания к назначению массажа

- ! *Острые, подострые процессы, лихорадочное состояние*
- ! *Гнойный процесс тканей, гнойничковые сыпи, бронхоэктазы*
- ! *Аневризмы сосудов, опасность кровотечения, тромбофлебит, трофические язвы, тромбоз, гангрена*
- ! *Активный ревматизм, активный туберкулез*
- ! *Комбинированные митральные пороки, стеноз, склонность к кровохарканию и мерцательной аритмии*
- ! *Пороки сердца в стадии декомпенсации, аортальные пороки и их стеноз*
- ! *Инфаркт миокарда*
- ! *Коронарная недостаточность с частой стенокардией, левожелудочковая недостаточность, сердечная астма, Г.Б. IV ст, аритмии, блокада ножек пучка Гиса Н.К. IIб – III ст.*
- ! *Воспаление лимфатических узлов и сосудов*

## Противопоказания к назначению массажа

- ! *Аллергические заболевания кожи, ангииты*
- ! *Болезни крови, капилляров*
- ! *Онкологические заболевания*
- ! *Выраженный атеросклероз сосудов Г.М., периферических сосудов, значительный варикоз*
- ! *Заболевания суставов в острый период, остеомиелит*
- ! *Психическое и физическое переутомление*
- ! *Декомпенсированные состояния*
- ! *Беременность всех сроков, послеродовый и послеабортный период*
- ! *Грибковые заболевания ногтей, кожи*
- ! *Активный туберкулезный процесс*
- ! *Нестерпимые боли, тошнота, рвота, боли неясной этиологии*
- ! *Менструальный цикл*
- ! *Психические заболевания*

# Классификация массажа

**Методы**

**Руками**

одной, двумя

**Ногами**

одной, двумя

**Массажером**

**Щетками**

струей воды

**Комбинированный**

руками,  
аппаратом

**Аппаратный**

**Электро-вибро-пнеumo**

- Тонус, Амплипульс
- Пневмоколокола
- Вибро-стул, -кровать; вело-граф



Аппарат «Амплипульс»



Аппарат «Тонус»

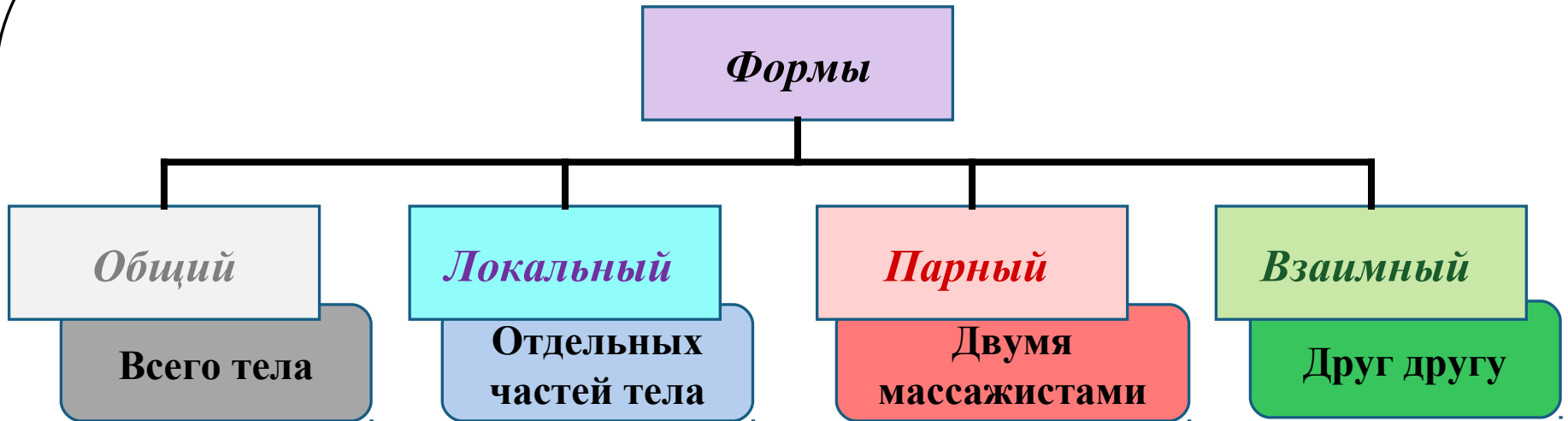


Аппарат «Вибро-кровать»



Вакуумный массажер

# Классификация массажа





# Классификация массажа

*Виды*

*Гигиенический*

*Лечебный*

*Другие виды  
массажа*

*Спортивный*

*Самоmassage*

*Точечный*

*Индийский  
Тайский  
Китайский*

# Вид массажа

## Гигиенический

Цель

Профилактика заболеваний, уход за кожей, сохранение функционального состояния организма, повышение жизненного тонуса, укрепление здоровья

Общий

Локальный

Самомассаж

Г.М. + У.Г.Г.

Разновидность  
косметического  
массажа

профилактика  
старения кожи

Г.М.

- в сауне, бане, под душем
- любое время дня

*Увеличивает*

- возбудимость Н.С.
- мобилизацию крови
- отток лимфы
- эластичность мышц

*Улучшает*

- другие функции



# Вид массажа

## Гигиенический (продолжение)

Г.М.

Общий 15-20 мин, 2-3 раза в неделю

Местный

Ежедневно

Спина, шея 5-8 мин; руки 2-4 мин; грудь 3-4 мин; живот 1-2 мин; ноги 4-7 мин

Противопоказания

Общие



# Вид массажа

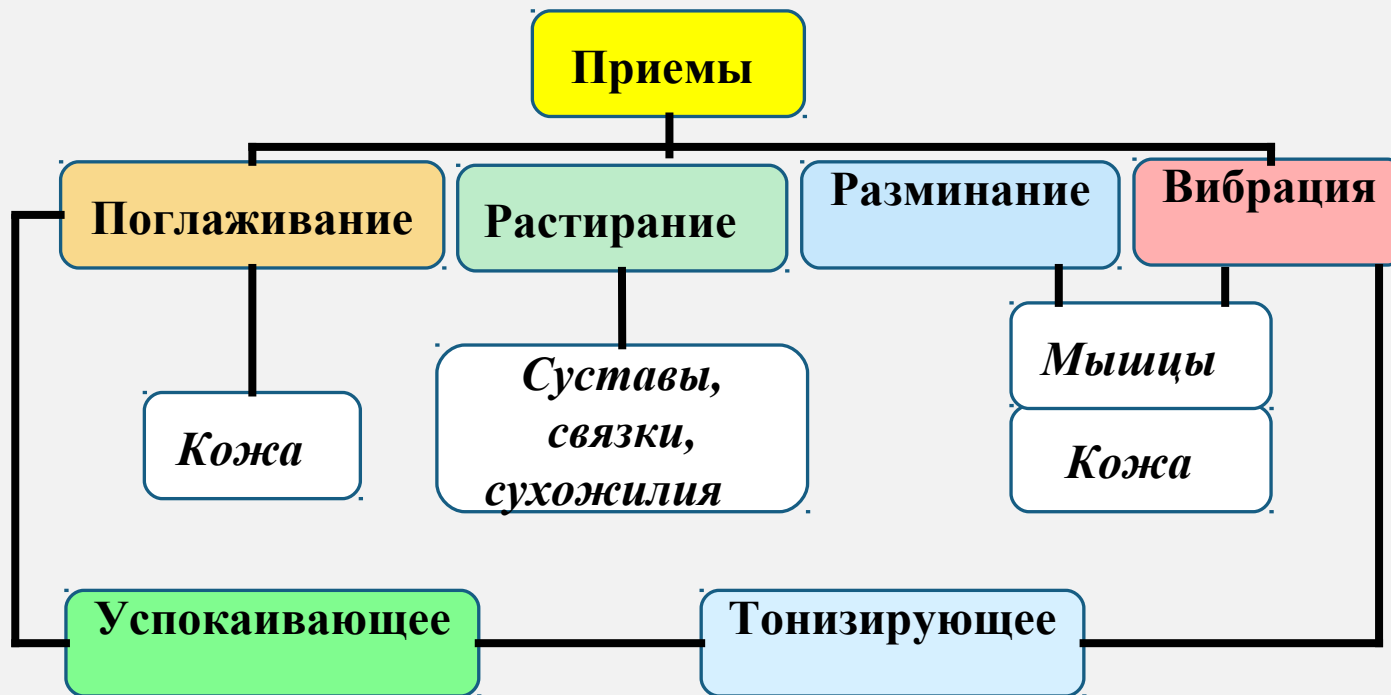
*Лечебный*

Цель

Лечение заболеваний и травм

## *I. Классический*

- без учета рефлекторного воздействия
- вблизи или на поврежденном участке



# Вид массажа

# Лечебный



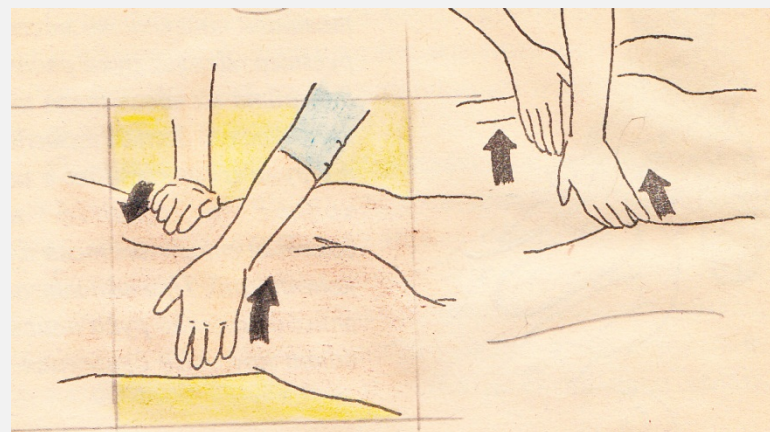
**Поглаживание**  
(скольжение руки  
по коже)



**Разминание** (сдавливание,  
приподнимание, сдвигание)

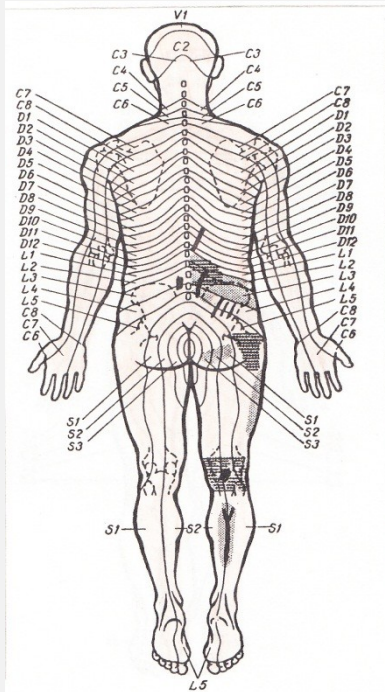


**Вибрация**  
(сотрясение)



**Растирание** (смещение, сдвигание,  
растяжение)

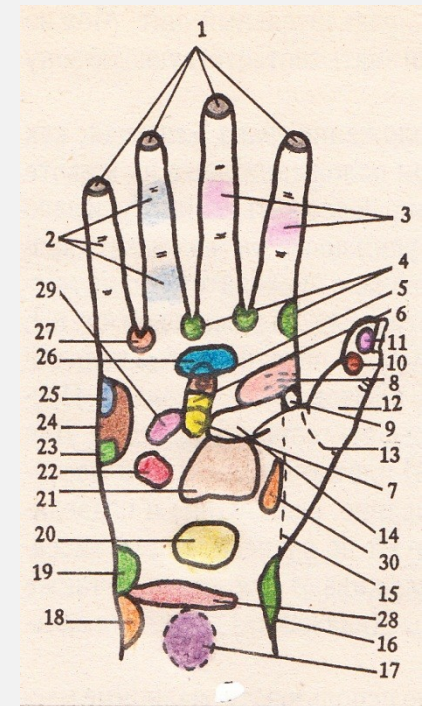
## II. Рефлекторно-и



- Обосновал А.Е. Щербак
- При заболеваниях м.б. рефлекторные изменения кожи, мышц, органов
- Не прямое действие на орган, не в зоне больного органа
- Массаж в зоне отраженной боли (Захарьина – Геда)
- Все приемы классического массажа

а: 1 — околоносовые пазухи, 2 — слух, 3 — нервная система, 4 — зрение, 5 — тимус, 6 — надпочечники, 7 — почка, 8 — желудок, 9 — клотка, гортань, 10 — эпифиз, 11 — ободочная кишка, 12 — головной мозг, 13 — шея, 14 — ободочная кишка, 15 — позвоночник, 16 — половые органы, 17 — пояснично — крестцовая область, 18 — яичко, 19 — суставы нижней конечности, 20 — мочевого пузыря, 21 — кишки, 22 — аппендикс, 23 — желчный пузырь, 24 — печень, 25 — суставы верхней конечности, 26 — легкие, 27 — уши, 28 — геморроидальные узлы, 29 — поджелудочная железа, 30 — щитовидная железа;

б: 1 — околоносовые пазухи, 2 — нервная система, 3 — нервная система, 4 — гипофиз, 5 — эпифиз, 6 — глотка, гортань, 7 — желудочек, 8 — тимус, 9 — зрение, 10 — зрение, 11 — головной мозг (психическая сфера), 12 — позвоночник, 13 — щитовидная железа, 14 — геморроидальные узлы, 15 — половые органы, 16 — легкие, 17 — надпочечники, 18 — суставы верхней конечности, 19 — сердце, 20 — поджелудочная железа, 21 — селезенка, 22 — кишки, 23 — мочевого пузыря, 24 — суставы нижней конечности, 25 — яичко, 26 — пояснично-крестцовая область, 27 — ободочная кишка, 28 — уши



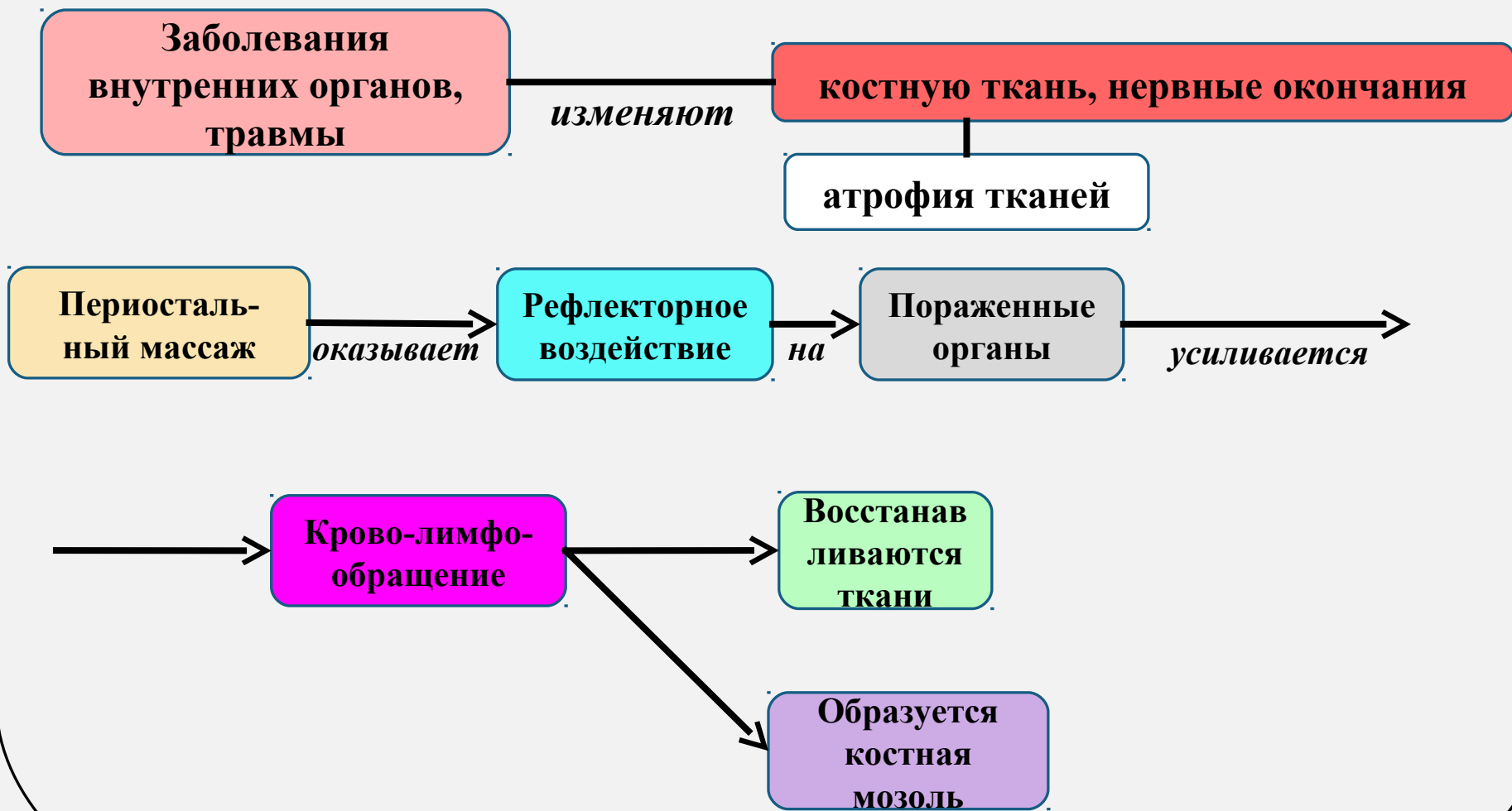
Рефлекторные изменения при ишиалгии  
**горизонтальные** – гиперальгезия  
**черные линии** - изменения в мышцах  
**сетка** – изменения в соединительной ткани

# Вид массажа

*Лечебный*

## III. Периостальный

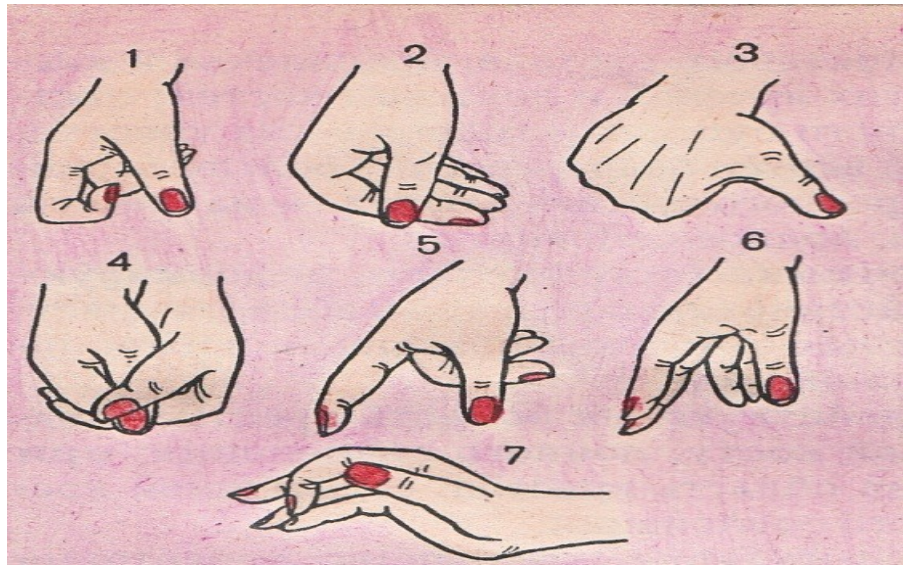
Воздействие на надкостницу



## III. *Периостальный* (продолжение)

Воздействие на надкостницу

- Заболевания внутр.органов
- Уплотнение, вдавливание костной ткани
- Изменение надкостницы
- Боль при надавливании
- Имппульсация к внутренним органам



Положение пальцев при периостальном массаже

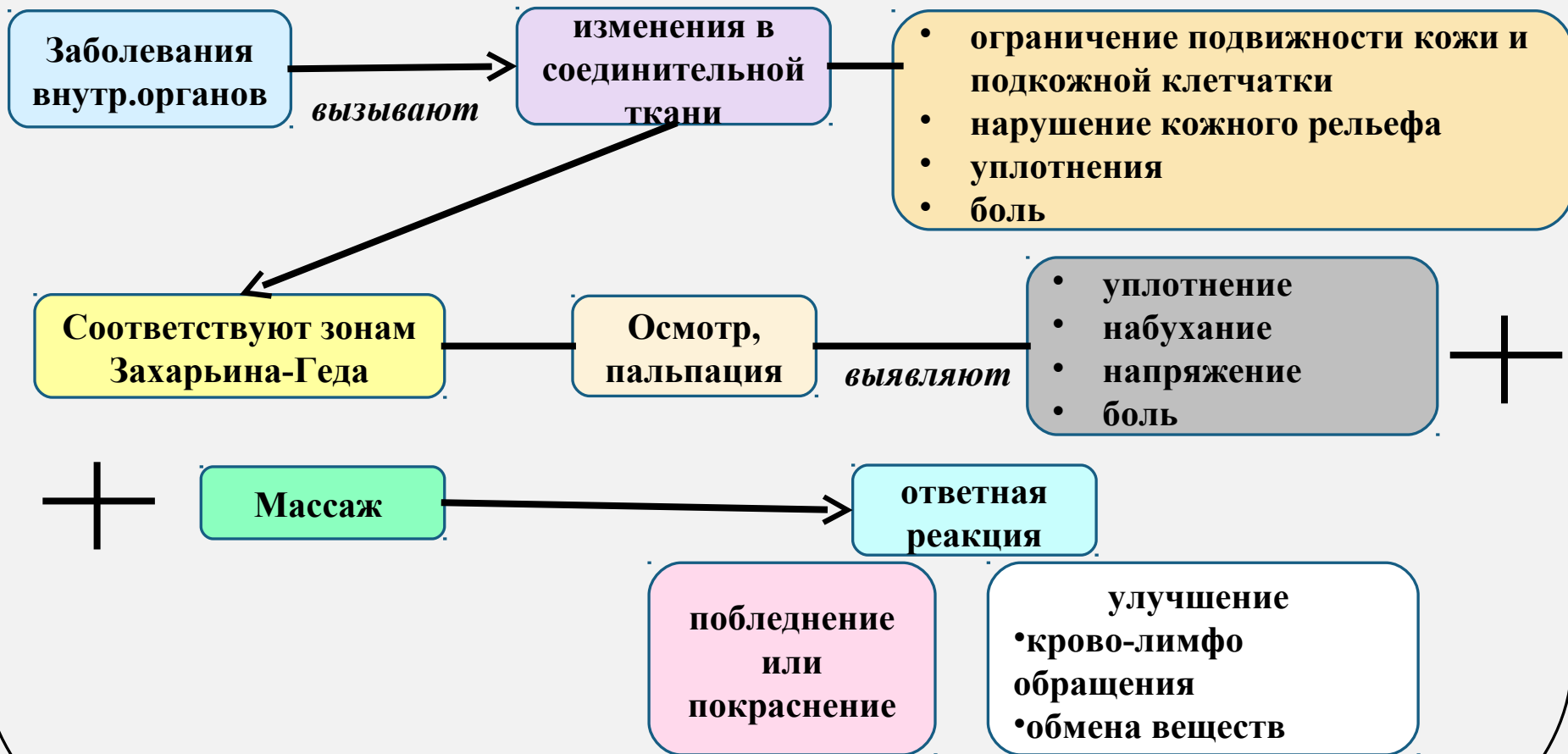


# Вид массажа

*Лечебный*

## IV. Соединительнотканый

воздействие на соединительную ткань



# Вид массажа

*Лечебный*

## IV. Соединительнотканый (продолжение)

Последовательность

Спина

Н/К

Плечевой пояс

В/К

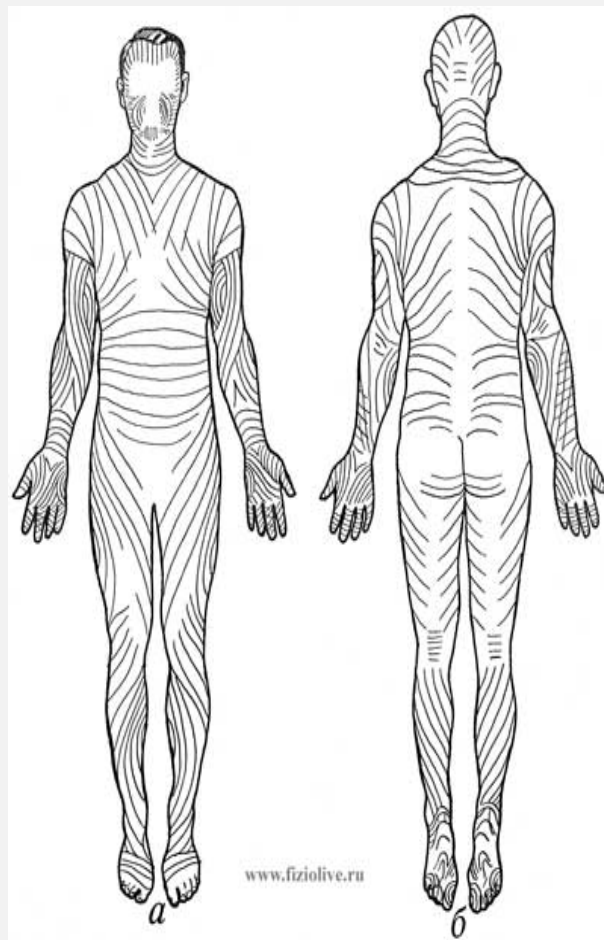
Массаж

поверхностный

глубокий

Основной прием

Смещение -  
растягивание



Линии Беннингофа

# Вид массажа

# Спортивный

Цель

Физическое совершенствование, снятие утомления, повысить спортивную работоспособность, лечение спортивных травм

ручной

*спортивный  
массаж*

аппаратный

Гигиенический

м.б. Самостоятельно  
+ УГГ, разминка

Превентивный

Средство  
тренировки

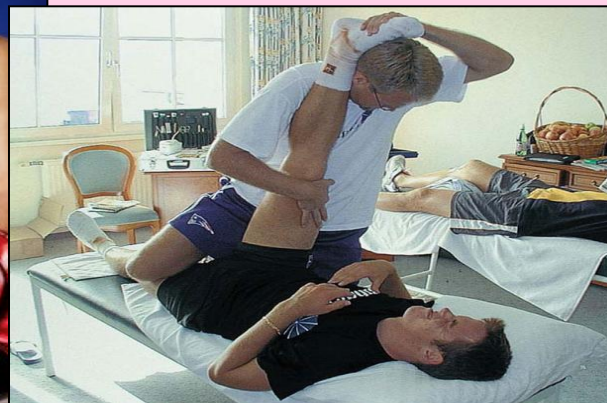
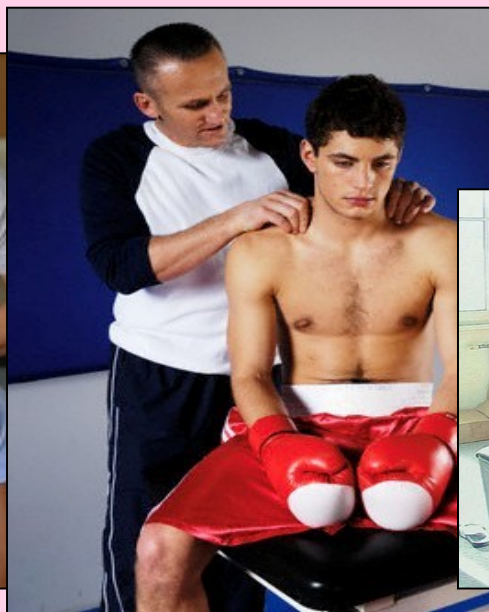
Репаративный

Восстановительны  
й после Ф.Н.

Предстартовый

повысить  
функциональные  
способности

разминочный,  
согревающий



# Вид массажа

# Самомассаж

Цель

Оздоровительная

Лечебная – *растяжения, ушибы, миозиты, невралгии, бессонница, головная боль*

*Самомассаж*

проводится  
в бане, сауне,  
под душем, в  
ванне

с помощью

веника,  
мочалки,  
скребка,  
рукавицы

время

первая,  
половина дня  
т.к. тонизирует

недостаток

- расход мышечной энергии
- не все части тела доступны

частные  
противопоказания

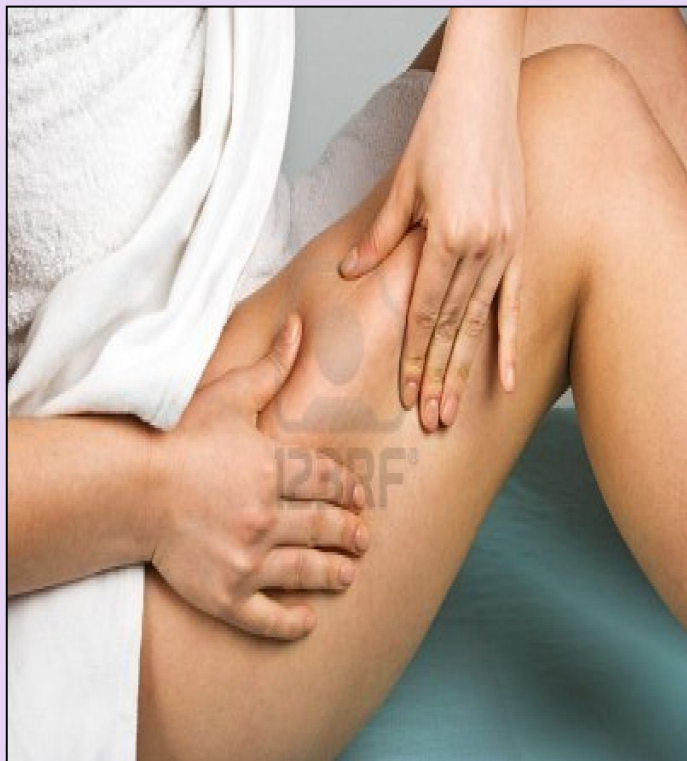
- II ст. Л.С. недостат.
- печеночная, почечная недостаточность
- органические заболевания

преимущества

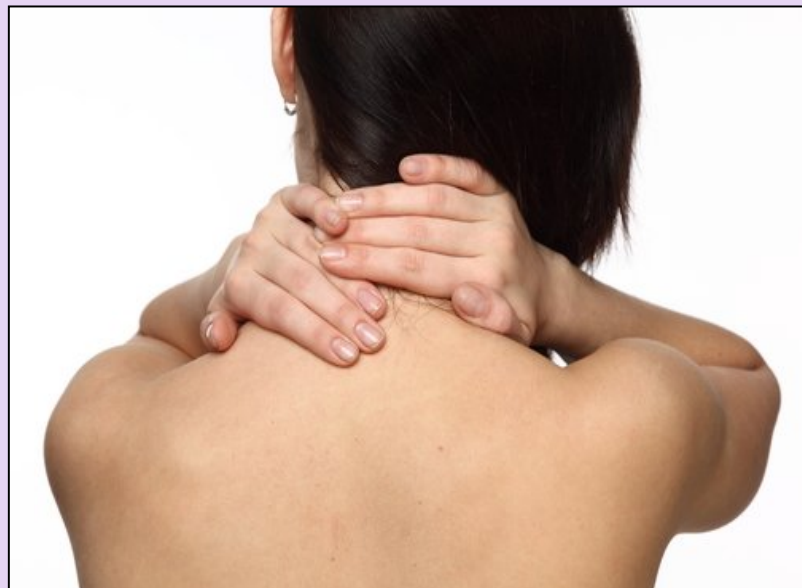
- сидя, лежа, стоя
- дома, в машине, на работе

# Вид массажа (продолжение)

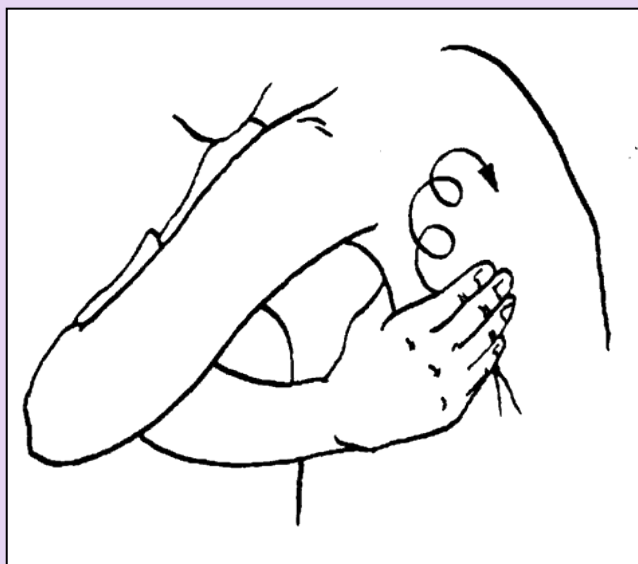
## Самомассаж



Самомассаж бедра



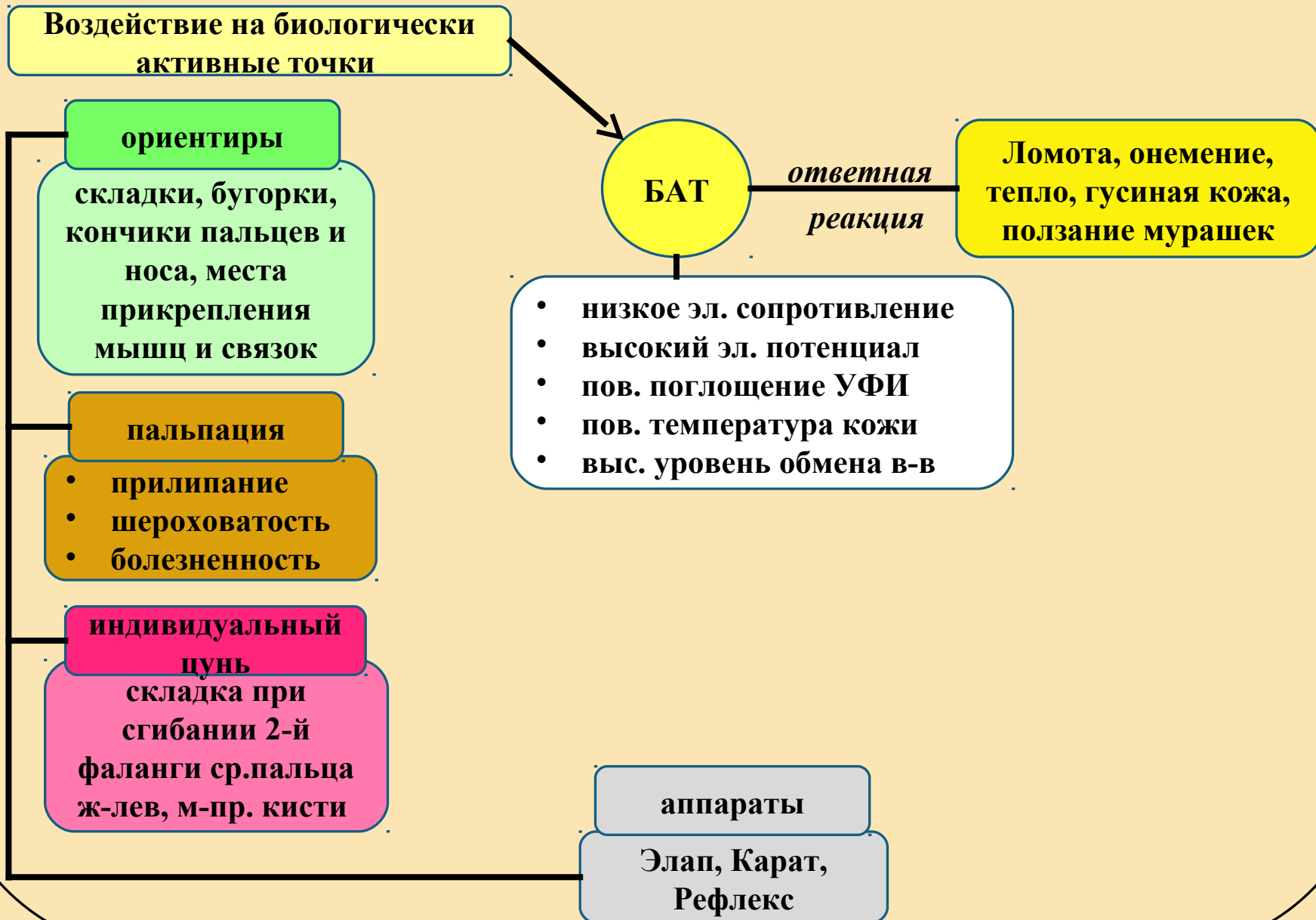
Самомассаж  
шейного отдела  
позвоночника



Самомассаж  
грудной клетки

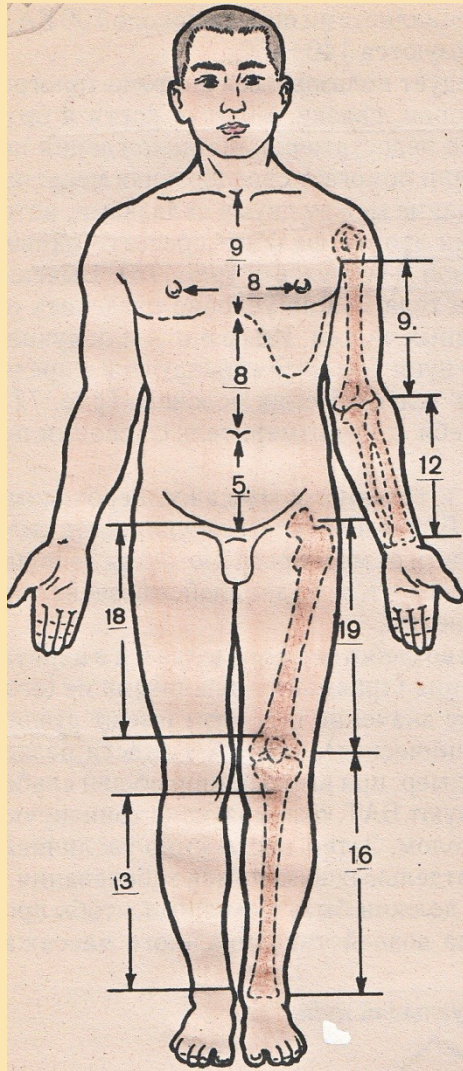
# Вид массажа

# Точечный



# Вид массажа (продолжение)

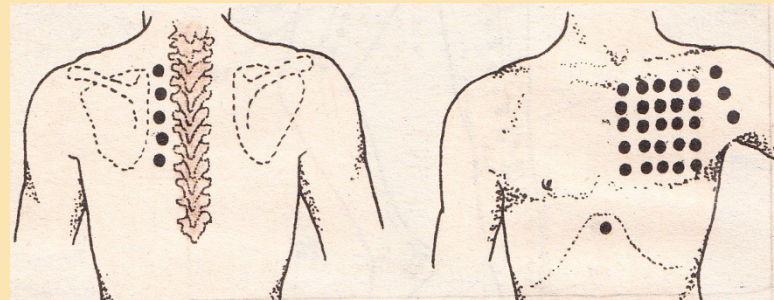
# Точечный



Пропорциональные  
цуни основных частей  
тела



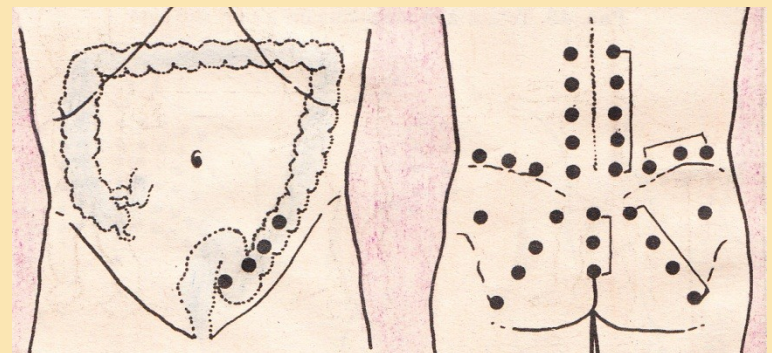
Индивидуальный  
цунь



Точки при  
стенокардии

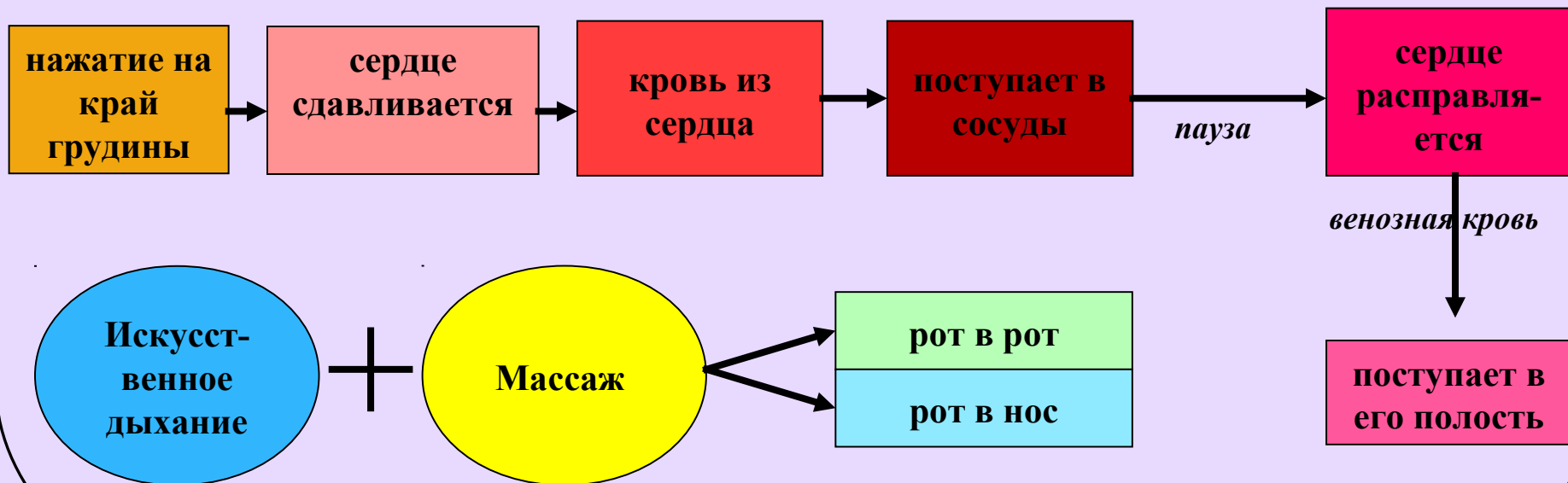
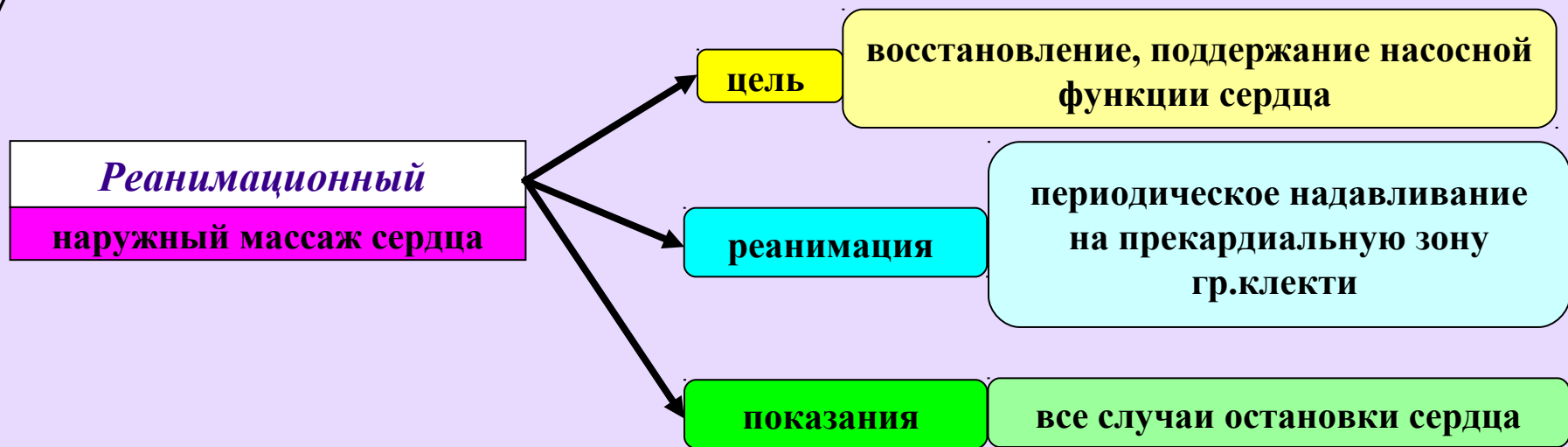


Точки при  
фронтите,  
гайморите



Точки при колитах

# Другие виды массажа





# Другие виды массажа

(продолжение)

*Реанимационный*

**наружный массаж сердца**

1 : 5

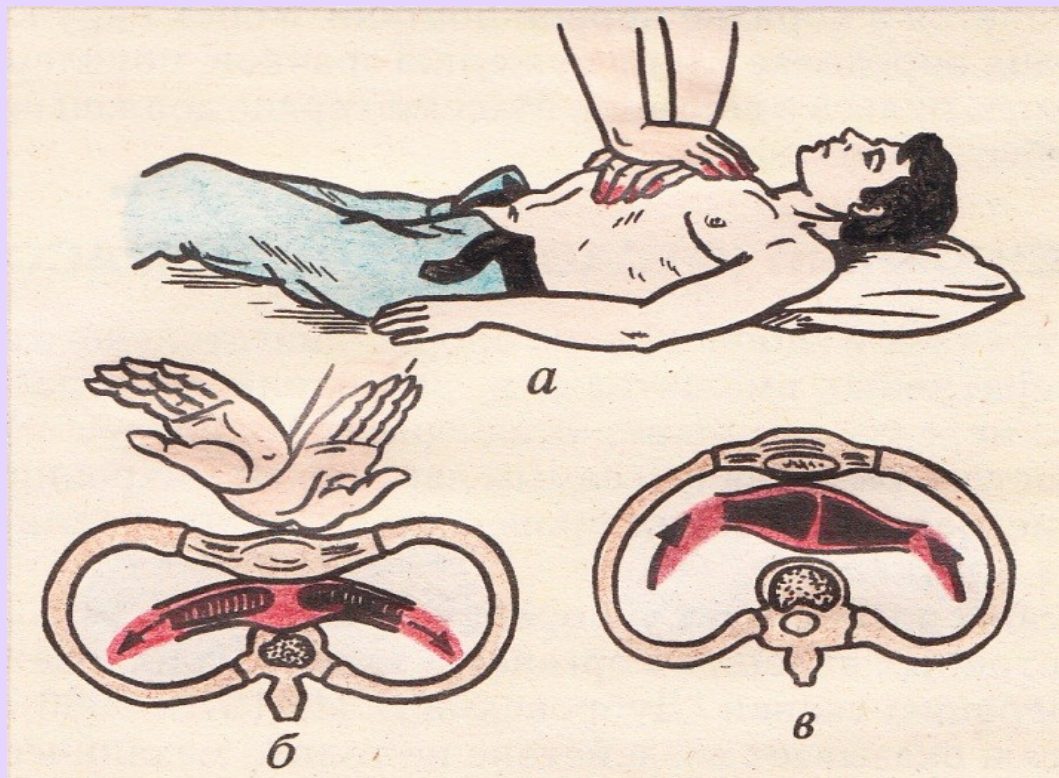


•сужение зрачков

*Самостоятельные*

•пульс

•дыхание



а - положение рук

б - систола

в - диастола

# Другие виды массажа



# Другие виды массажа

(продолжение)

**Криомассаж**

**льдом, снегом**

**Криомассажные  
приборы**

**лед**

**лед + соль в  
целлофановом пакете**

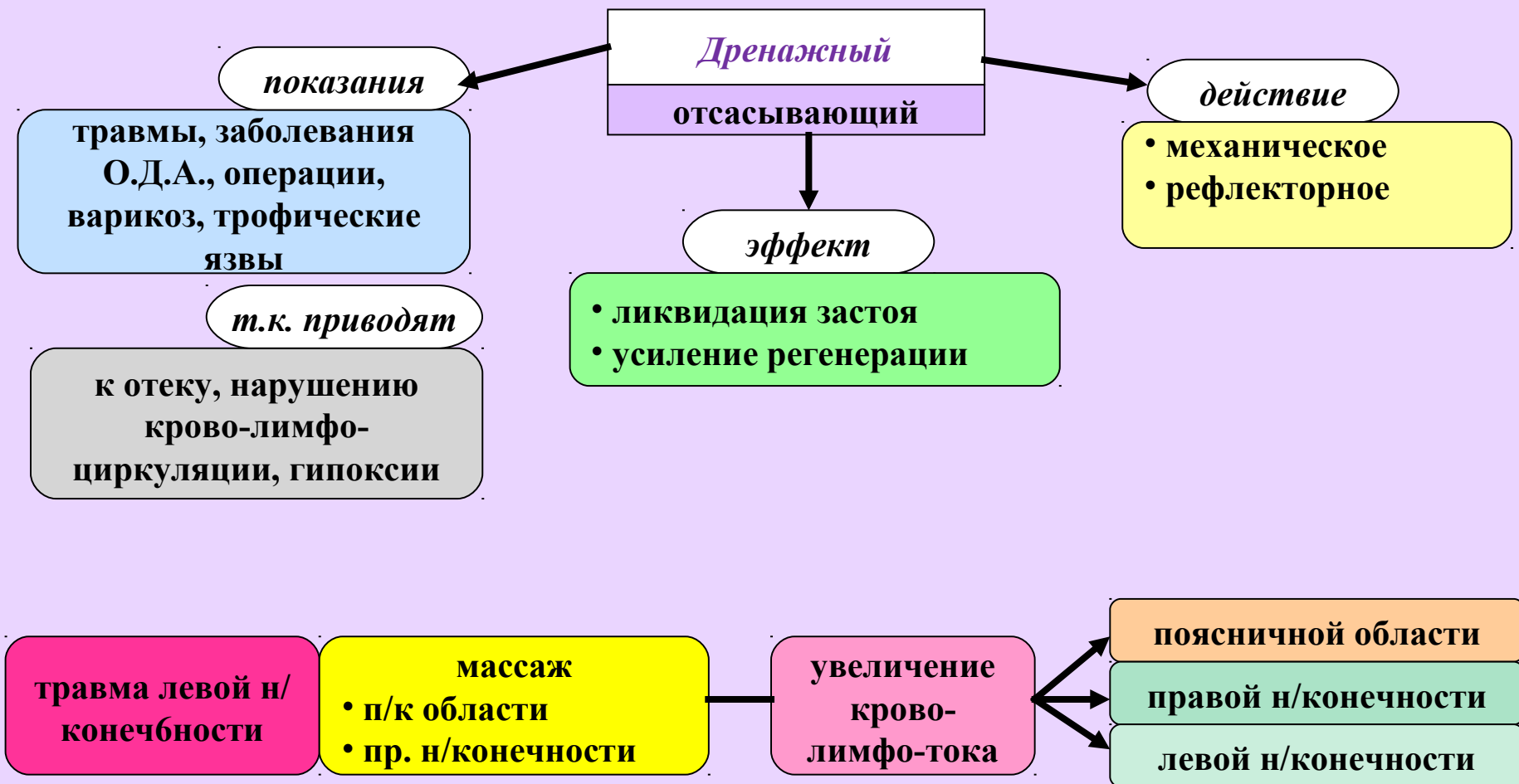
**пузырь для льда**

**большой  
эффект**

**Растирания  
по кругу**



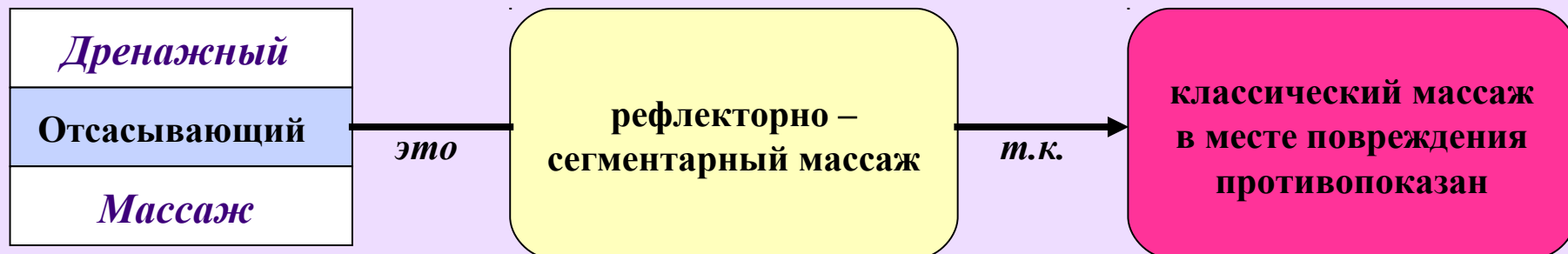
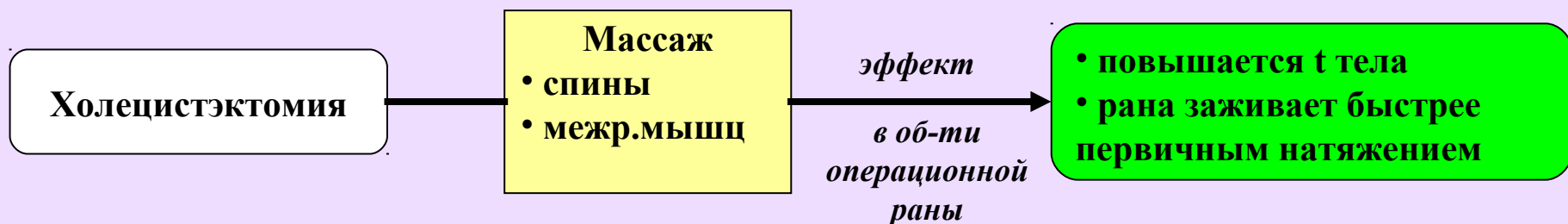
# Другие виды массажа



# Другие виды массажа

*Дренажный*  
отсасывающий

(продолжение)



# Другие виды массажа

**Перкуссионный**

механическое  
раздражение

**цель**

- снять утомление дыхательной мускулатуры
- улучшить кровообращение, вентиляцию легких, отхождение мокроты, акт дыхания

**показания**

заболевания легких, длительный постельный режим

**перкуссия  
гр.клетки**

*дыхание*

**обычное**

**Противопоказания**

- операция на грудной клетке
- опухоль легкого
- остеопороз



**Перкуссионный массаж**

# Другие виды массажа

## Гинекологический

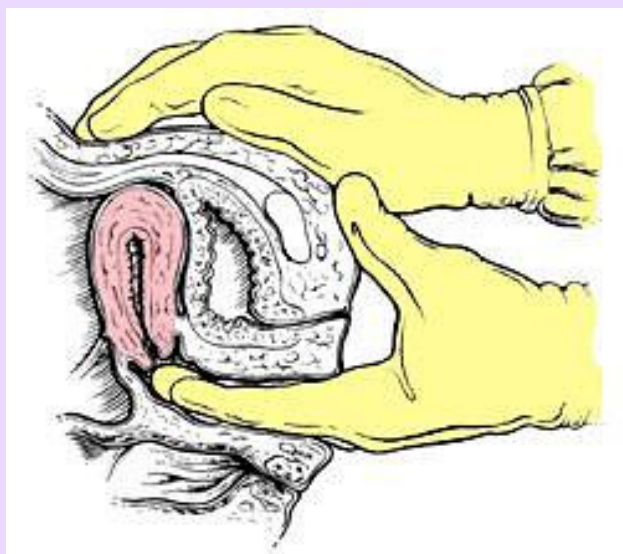
влагалищный

### показания

- хр. в.заболевания Ж.П.О.
- ретрофлексия
- профилактика спаек

### противопоказания

- беременность
- о.в. процесс
- кисты
- сальпингоофорит



Гинекологический массаж

## Урологический

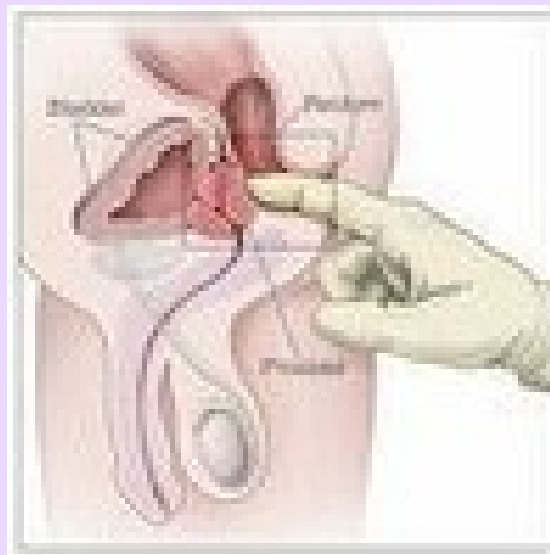
ректальный

### показания

- заболевания предстательной железы
- сексуальные расстройства

### противопоказания

- о. простатит, аденома
- туберкулез, проктит
- тромбоз, геморрой



Урологический массаж

# Другие виды массажа

*В бане, сауне, под душем*

*В ванне, в бассейне*

**Механический**

- борьба с утомлением
- повышение работоспособности
- нормализация массы
- профилактика простудных заболеваний

**Специфический**

**эффект**

**термический**





# Другие виды массажа

## Баночный

### показания

подострая стадия заболеваний легких,  
остеохондроза, люмбаго, радикулита, колита,  
миозита

### механизм

*рефлекторный*

- улучшается дыхание
- снижается t, если она есть
- отходит мокрота
- уменьшается боль, если она есть

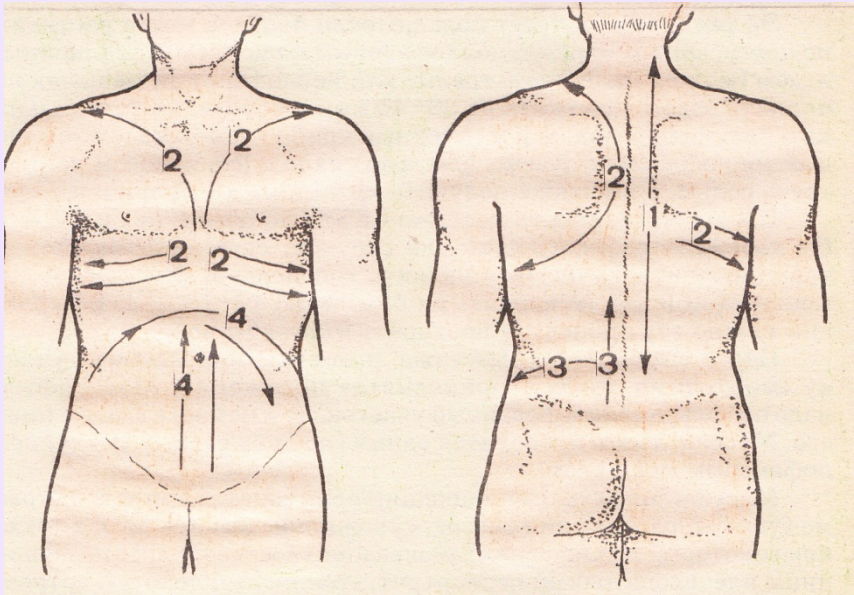


Схема баночного массажа

1 - остеохондроз позвоночника, люмбаго; 2 - пневмания, бронхит; 3 - миозит, п/к радикулит; 4 - колит, Г.Б.



Баночный массаж

# Массаж

*Индийский*

*Тайский*

*Китайский*

*Японский*

**Основа**

**Единство человека и природы**

**Цель**

**восстановить течение энергии по  
жизненным меридианам**

**привести организм к гармонии и  
равновесию**

**здоровье и счастье**

*Философская  
основа лечебного  
действия  
массажа*

# Массаж

*Индийский*

*Тайский*

*Китайский*

*Японский*

Принципы рефлексорной  
терапии

**БАТ**

*нажатие*

- пальцем
- ладонью
- локтем
- коленом
- стопой

*Индийский*

массаж ног по БАТ

*Тайский*

плавный переход от  
одного приема  
массажа к другому



**Индийский массаж**



**Тайский массаж**

# Массаж

*Индийский*

*Тайский*

*Китайский*

*Японский*

*Японский*

классические приемы  
массажа от сердца к  
периферии



*Китайский*

классические приемы  
массажа

- иглоукальвание
- прижигание
- ароматерапия
- фитотерапия



<http://zabota.ua.prom.net/>

***M.T.***

## **Хирургия – Мануальная терапия**

**Цель**

- ***восстановить*** двигательную и опорную функцию суставов
- ***устранить*** боль, напряжение мышц и др. неврологические проявления болезни



**Основы *M.T.***

- **исправить** руками статико-динамические нарушения функции позвоночника и др. суставов

**Действие *M.T.***

**Механическое**

**Рефлекторное.**

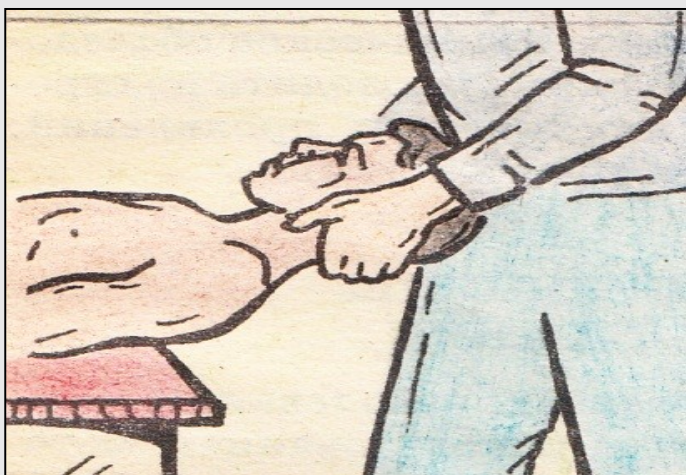
**M.T.**

## Хирургия – Мануальная терапия

### показания

- повреждения межпозвонковых дисков, суставов, связок
- грыжа межпозвонковых дисков, хронические люмбагии
- дегенеративные процессы вне суставов – коксартроз, гонартроз, эпикондилит

**Пример:** блок в шейном отделе позвоночника: мигрень, головная боль цервикального характера, онемение в руке



Мобилизация шейного отдела  
в сочетании с тракцией



Манипуляция в шейном отделе. Положение  
лежа на спине. Поворот в здоровую сторону

**М.Т.**

## Хирургия – Мануальная терапия

**Пример:** блок в п/к области: грыжа межпозвоночных дисков – боль по ходу седалищного нерва, онемение стопы



**Мобилизация поясничного отдела**



**Манипуляция в поясничном отделе.  
Положение на боку. Тыл стопы в/к  
опирается о подколенную ямку н/к**

**М.Т.**

# Хирургическая – Мануальная терапия

## Последовательность процедуры

Этап	Задача	Содержание
<b>Массаж</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• устранить гипертонус</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• приемы классического массажа</li></ul>
<b>Мобилизация</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• подготовить к манипуляции</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• серия ритмически повторяющихся колебательных движений в суставе</li><li>• движения пассивные в пределах физиологического объема</li></ul>
<b>Манипуляция</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• исключить подвижность (фиксация)</li><li>• Освободить сустав от блокировки</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• кратковременное формирование движения в суставе</li><li>• амплитуда до анатомической возможности</li><li>• поворот в сторону, где нет боли</li><li>• хруст</li></ul>



# Гигиенические основы массажа



**Освещение**

*дневное*

**Вентиляция**

**Отопление**

*20°*

**раковина с притоком горячей и холодной воды**

**аптечка:**

- дезинфицирующие средства
- перевязочный материал
- средства для оказания первой медицинской помощи

**питьевая вода, стакан, мензурка**

**песочные часы, пинцет, термометр**

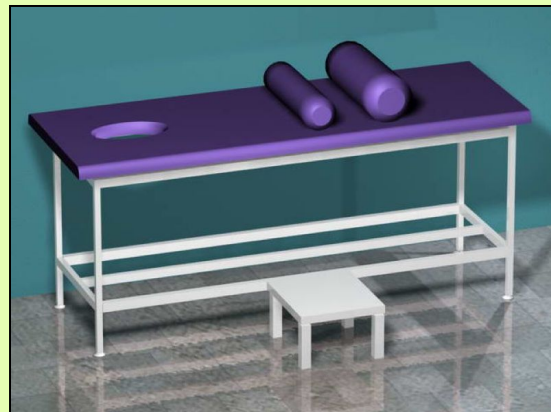
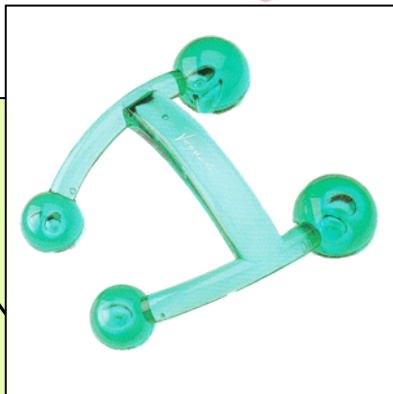
# Гигиенические основы массажа

стол, стулья, шкаф (чистое белье),  
массажные кушетки

массажные приборы

удобное положение пациента и  
массажиста

гигиенические требования к  
массажисту и пациенту



# Сочетание массажа с др. методами реабилитации

**Комплексная  
реабилитация**

**двигательный режим**

**медикаменты**

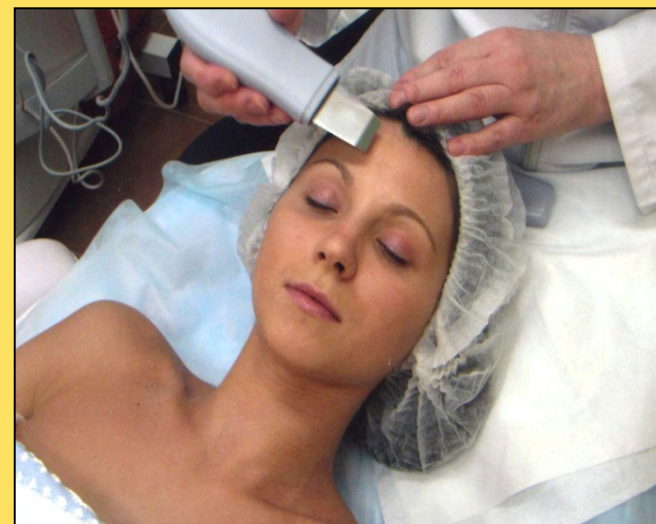
**диета**

**физиотерапия**

**ЛФК**

**массаж**

**М.Т.**



# Сочетание массажа с др. методами реабилитации



## **Закрепление изученного материала**

### **Задача**

**30 лет. Ожирение первой степени. Сопутствующих заболеваний нет. Рекомендовано посещение сауны с проведением массажа и последующей теплой водной процедурой.**

- 1. Какую водную процедуру можно провести после массажа?**
- 2. Почему водная процедура д.б. теплой?**

## **Задача**

**30 лет. Ожирение первой степени. Сопутствующих заболеваний нет. Рекомендовано посещение сауны с проведением массажа и последующей водной процедурой.**

**1 . Какую водную процедуру можно провести после массажа?**

*1 . Душ, ванну*

**2. Почему водная процедура д.б. теплой?**

*2. Тепло расширяет капилляры, усиливает потоотделение*

## Задание на дом

- *«Основы реабилитации», Л.В. Козлова, С.А. Козлов, Феникс, 2012 г, 340 – 358*
- *«Лечебная физкультура и массаж», П.И. Готовцев, М, Медицина, 2011г, 238 – 245*
- *«Физиотерапия, лечебная физкультура, массаж», И.В. Лукомский, В.С. Улащик, М, Н, 2011, 250 - 261*

## Дополнительная литература

- *«Лечебный массаж», В.И. Дубровский, Г.И.Ц., ВЛАДОС, М, 2013*
- *«Краткий курс ЛФК и массажа», Ф. нД, 20011, Л.В. Горелов*