

Занятие 1. Классический массаж СПИНЫ



Массаж — совокупность приёмов механического и рефлекторного воздействия на ткани и органы в виде :

- **поглаживания**
- **растирания**
- **разминания**
- **вибрации**

проводимых непосредственно на поверхности тела человека руками с целью достижения лечебного или иного эффекта.



Дозирование в массаже

идет за счет:

- - интенсивности (темп и глубина движения);
- - характера движений (прерывистые или непрерывные);
- - площади задействованных рецепторов;
- - времени отдельных манипуляций и массажа в целом;
- - индивидуальной чувствительности;
- - функционального состояния подлежащих тканей.

•

Действие массажа на мышечные рецепторы



На изображении: влияние массажа на механо- и проприорецепторы.

Механизм гуморального влияния массажа



На изображении: гуморальное влияние массажа.

КРОВЕНОСНАЯ И ЛИМФАТИЧЕСКАЯ СИСТЕМЫ

ОСНОВНЫЕ АРТЕРИИ И ВЕНЫ

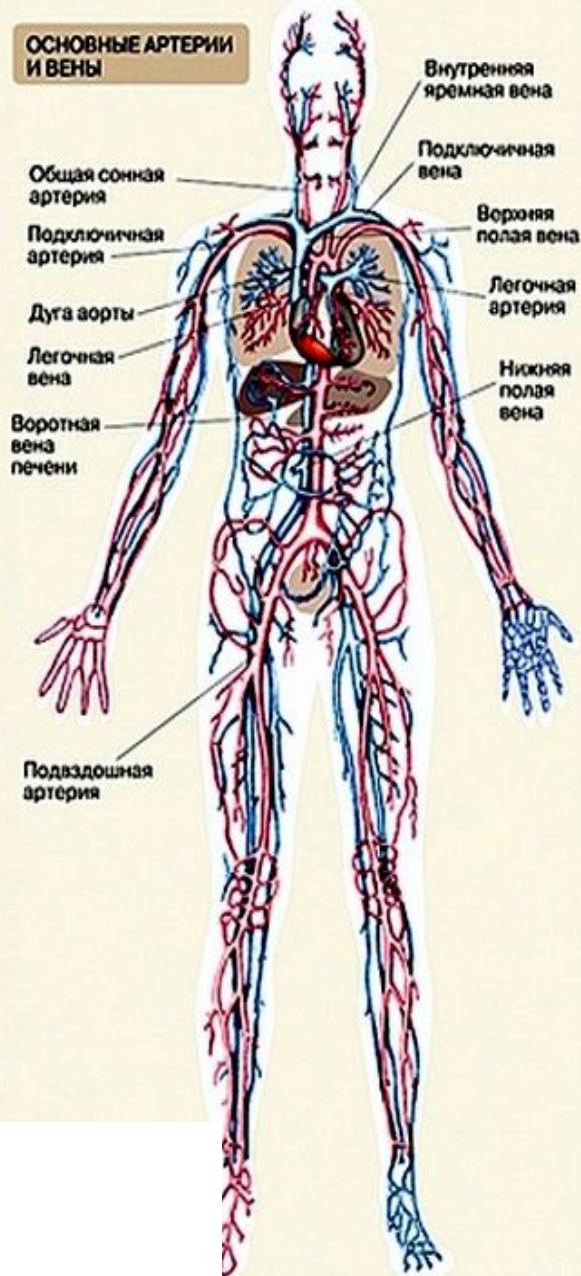
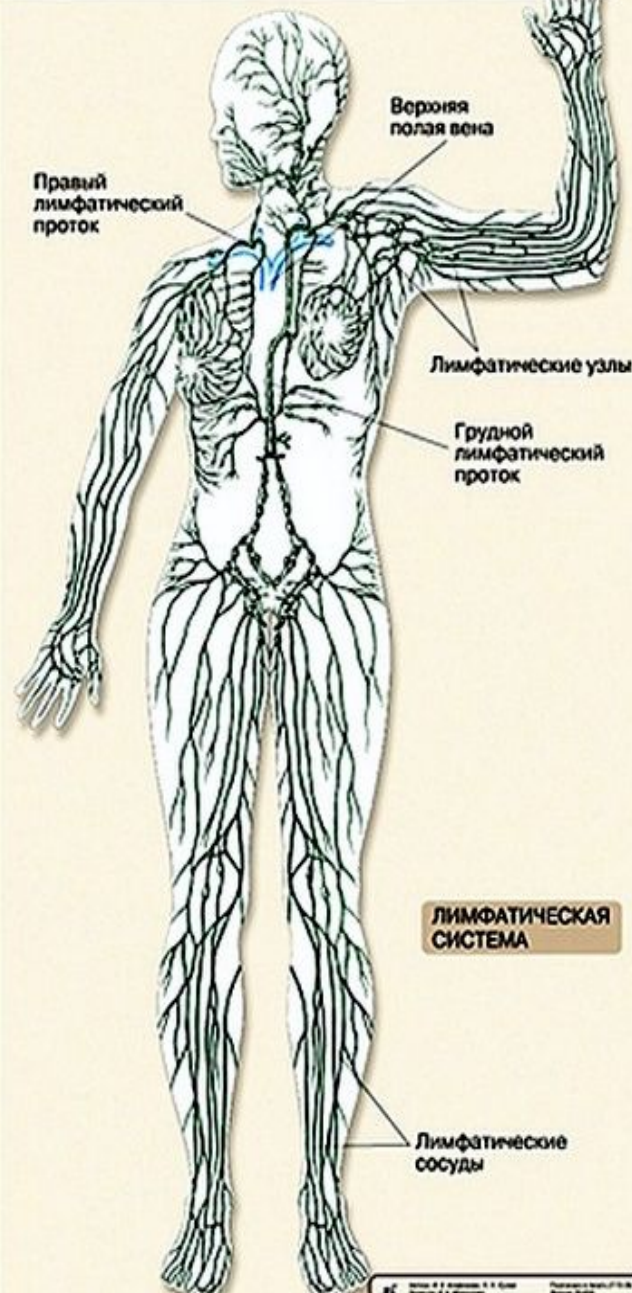
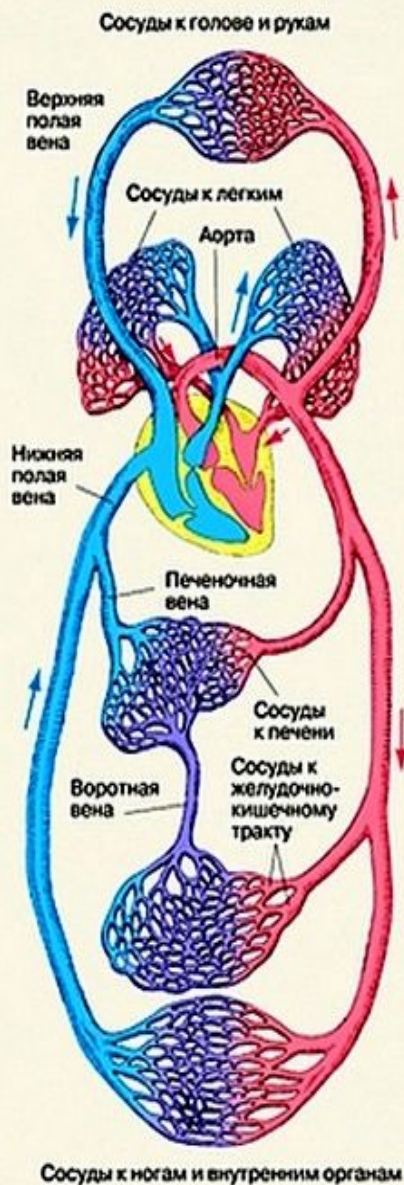


СХЕМА КРОВООБРАЩЕНИЯ



ЛИМФАТИЧЕСКАЯ СИСТЕМА

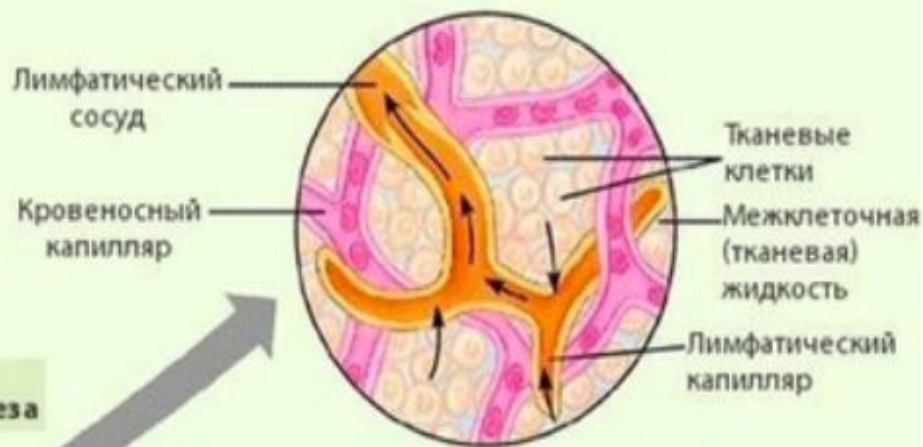
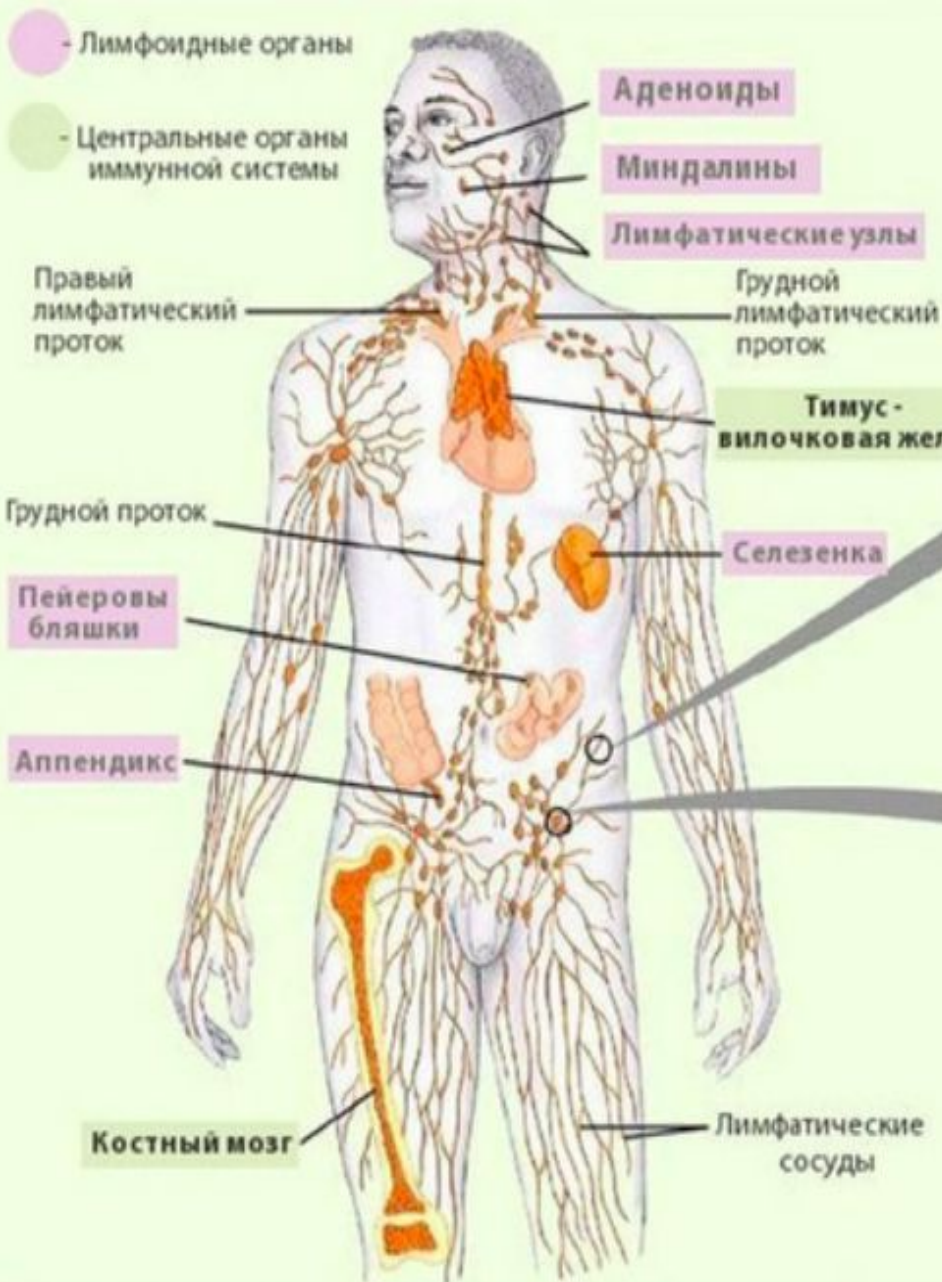


Схема взаимоотношений между кровеносными и лимфатическими капиллярами и клетками ткани. Стрелки показывают направление тока жидкостей

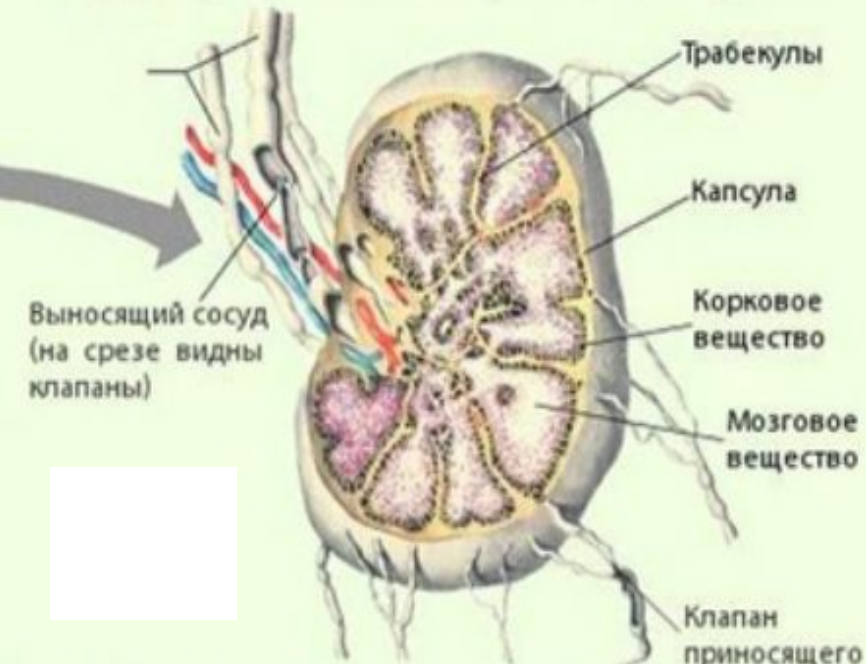


Схема местоположения центральных и периферических (вторичных) органов иммунной (лимфоидной) системы

Схема лимфатического узла

Влияние массажа на сердечно-сосудистую систему



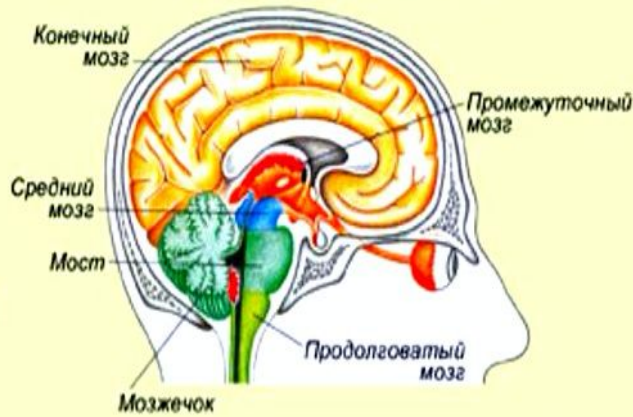
На изображении: влияние массажа на сердечно-сосудистую систему.

Влияние массажа на лимф-ую систему

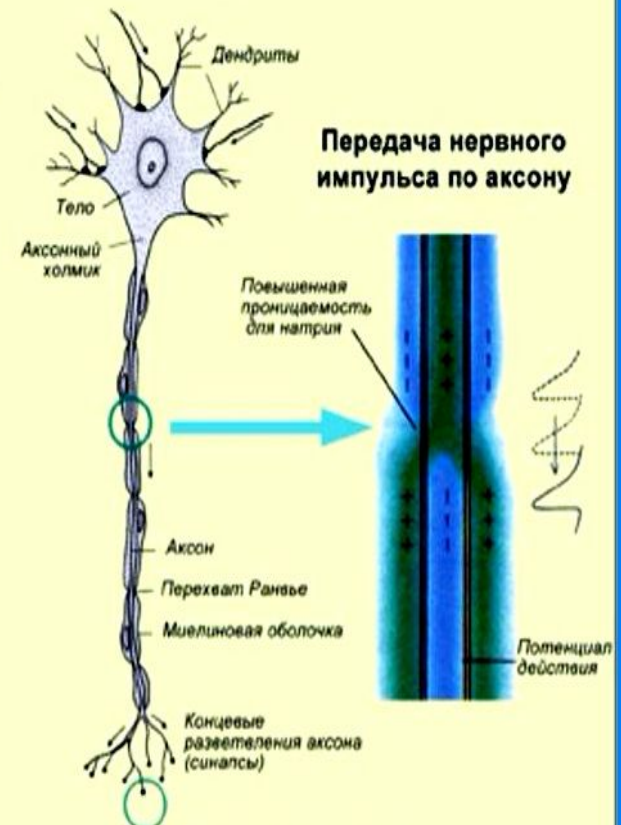


На изображении: влияние массажа на лимфообразование и лимфообращение.

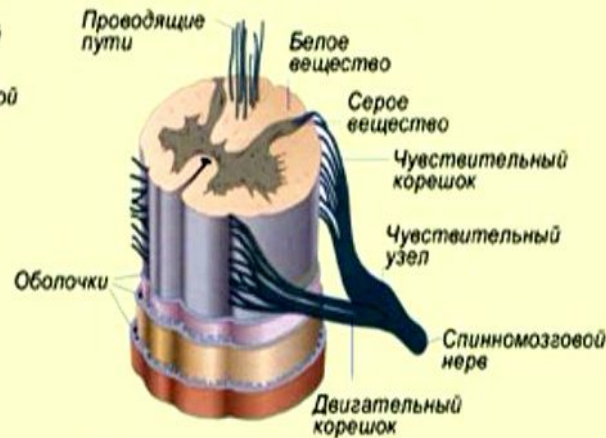
ОТДЕЛЫ ГОЛОВНОГО МОЗГА



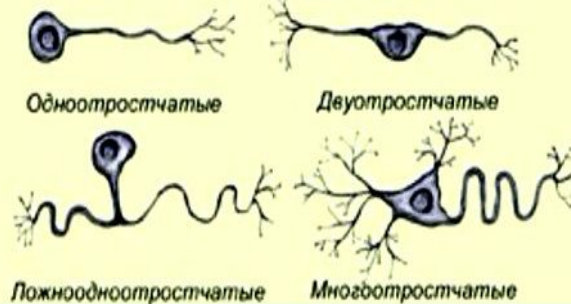
ЧАСТИ НЕЙРОНА



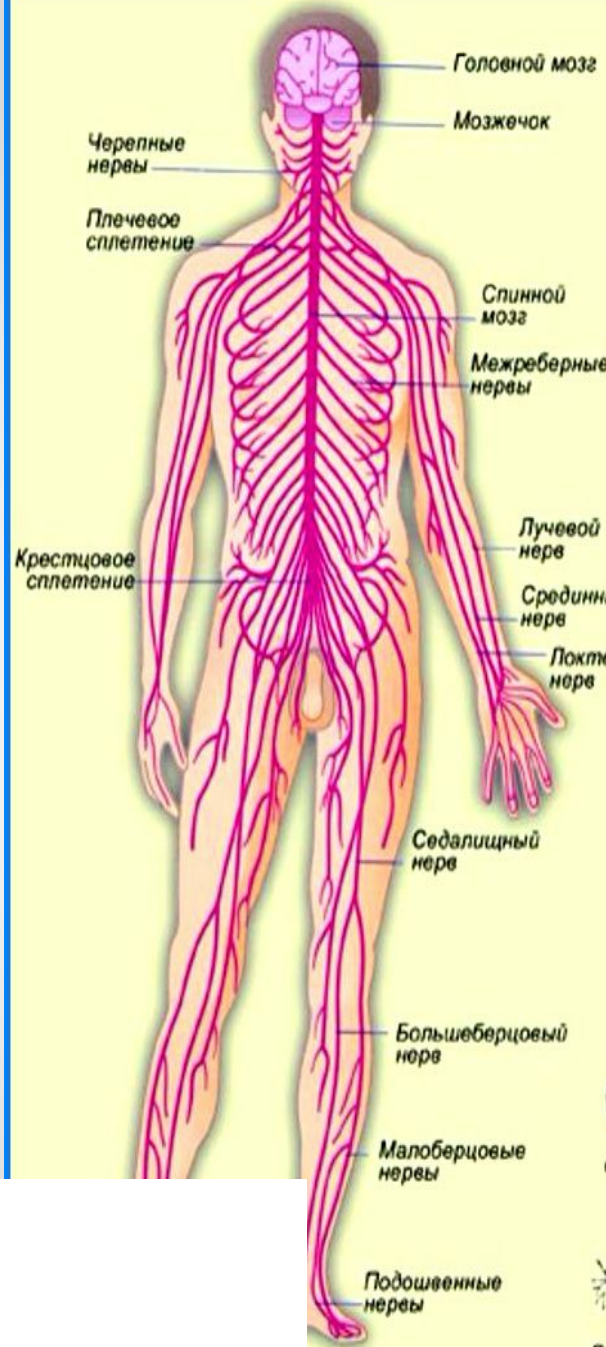
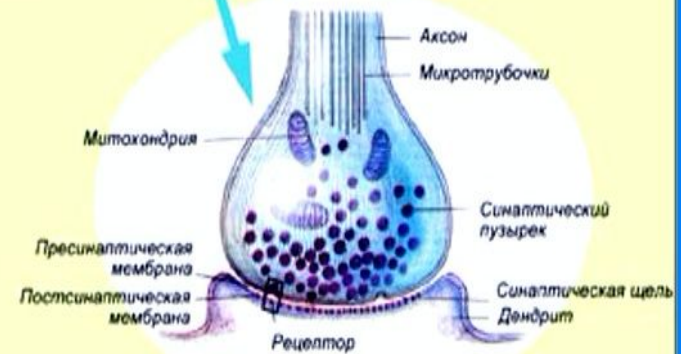
СЕГМЕНТ СПИННОГО МОЗГА



Типы нервных клеток



Строение синапса

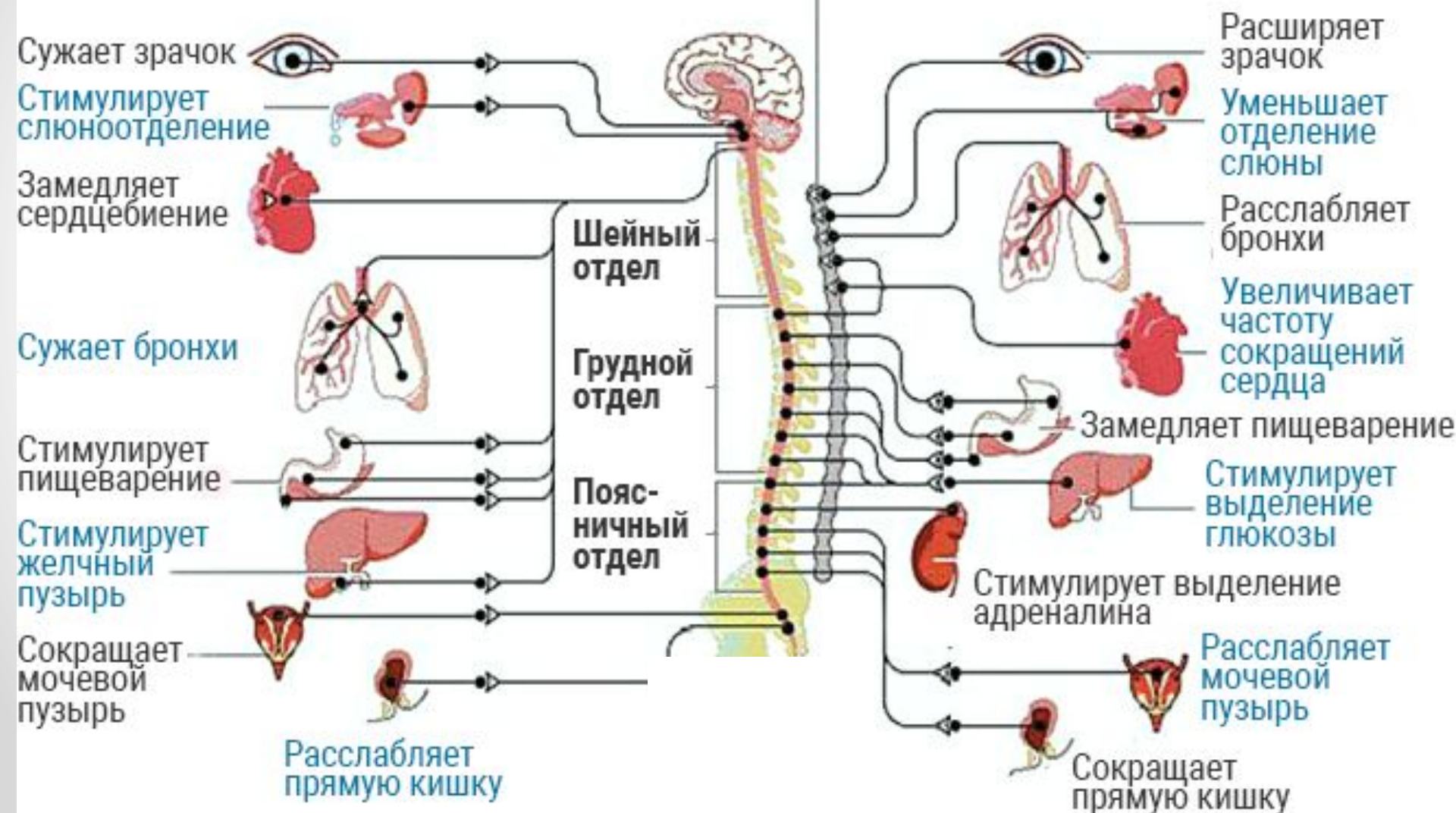


ВЕГЕТАТИВНАЯ НЕРВНАЯ СИСТЕМА

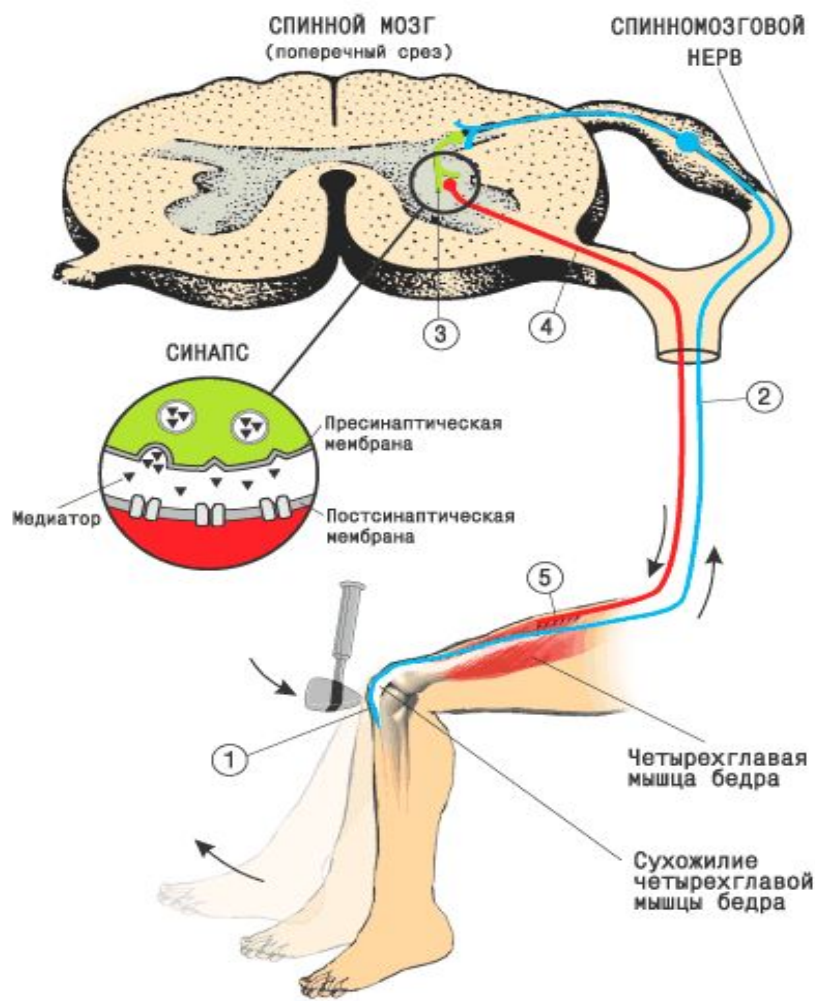
Парасимпатический отдел

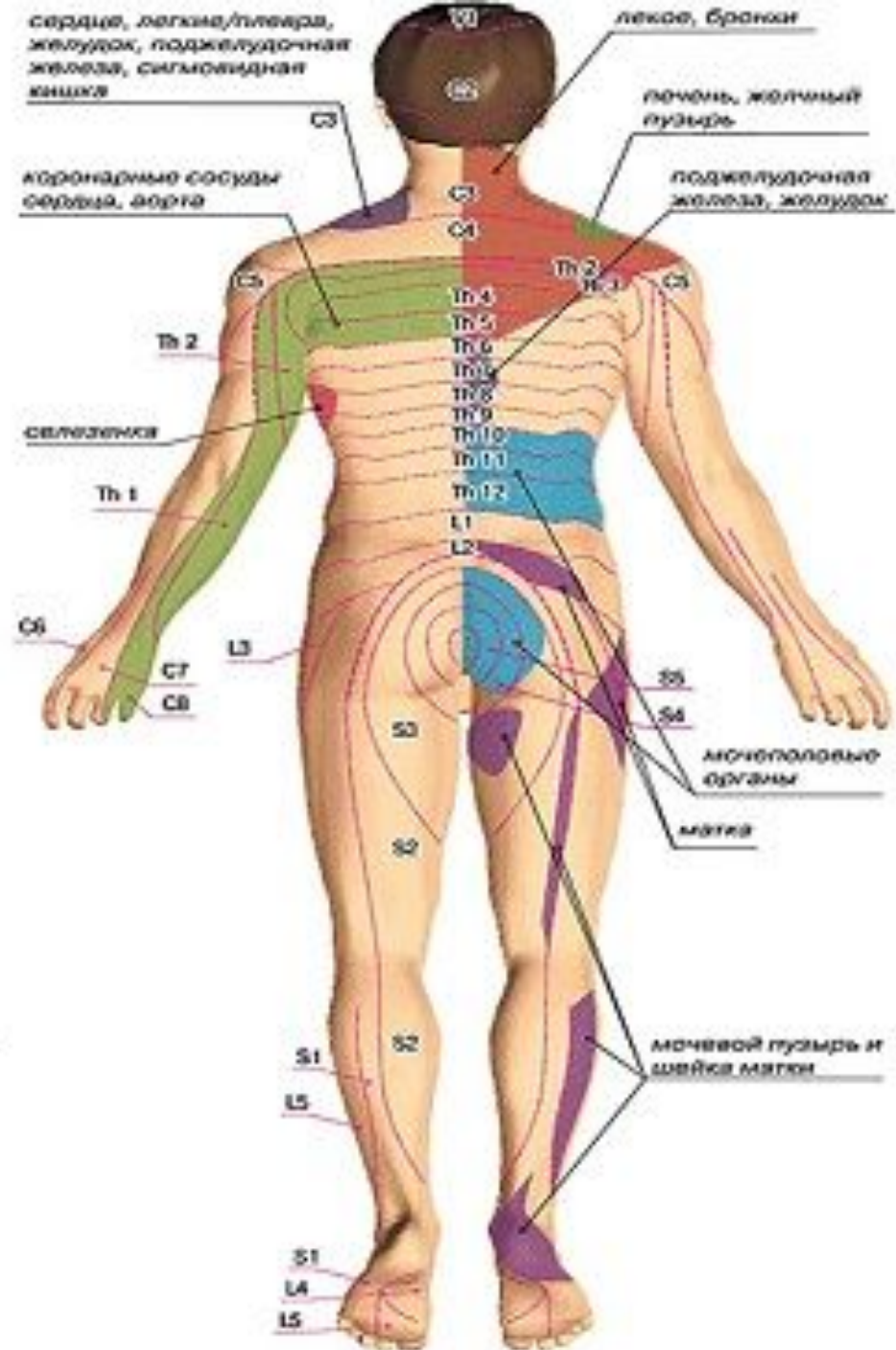
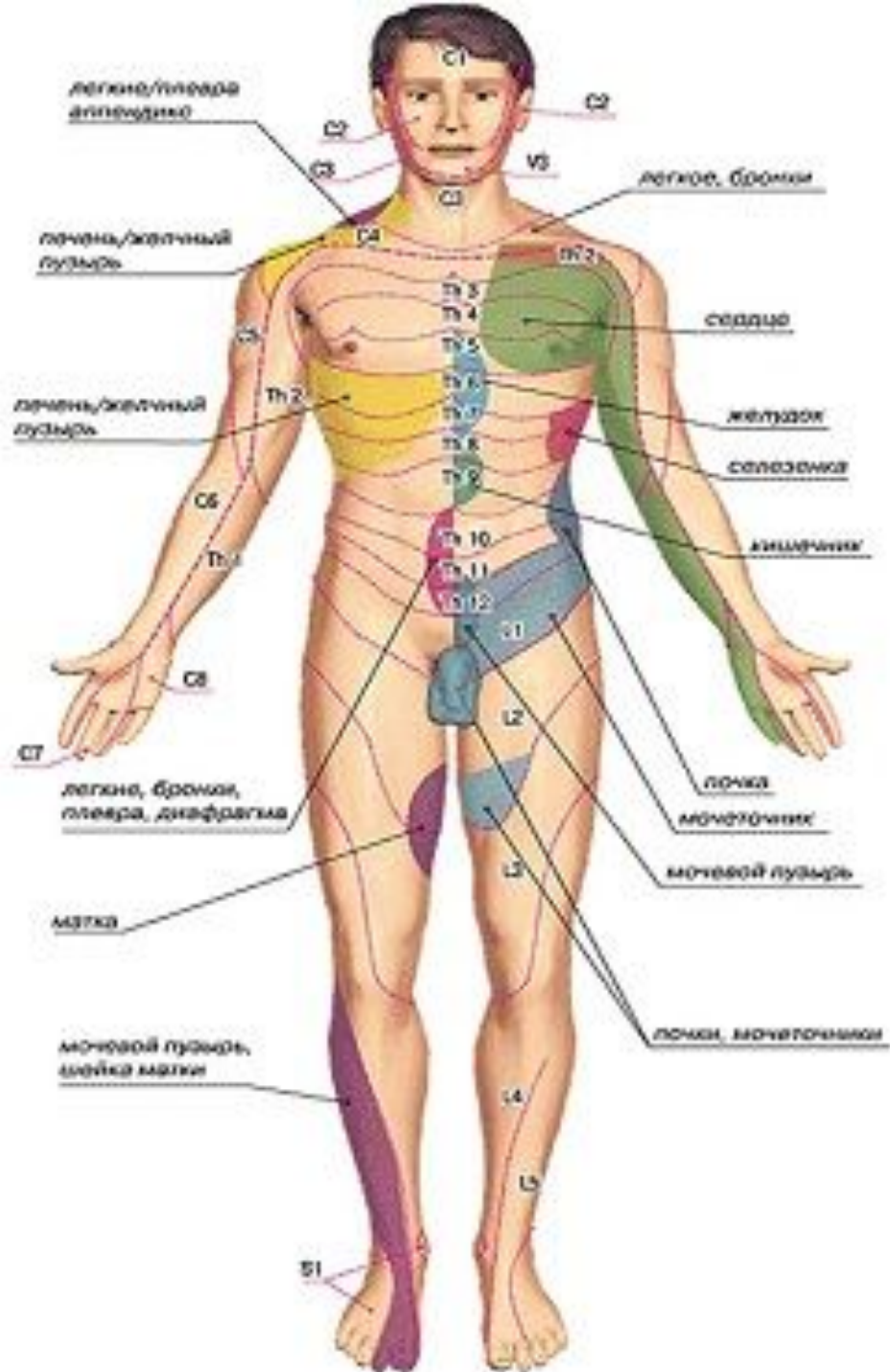
Симпатический отдел

Симпатические ганглии





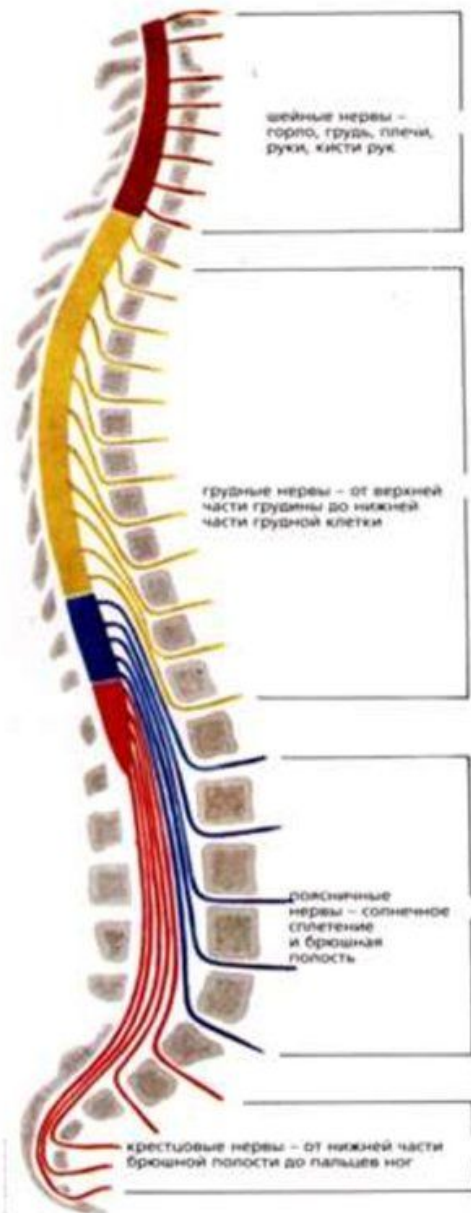




Главная рефлексогенная зона

С помощью этой зоны мы можем контролировать воздействие массажа на различные органы.

Спинномозговые нервы и схема сенсорной иннервации тела



вид спереди



вид сзади

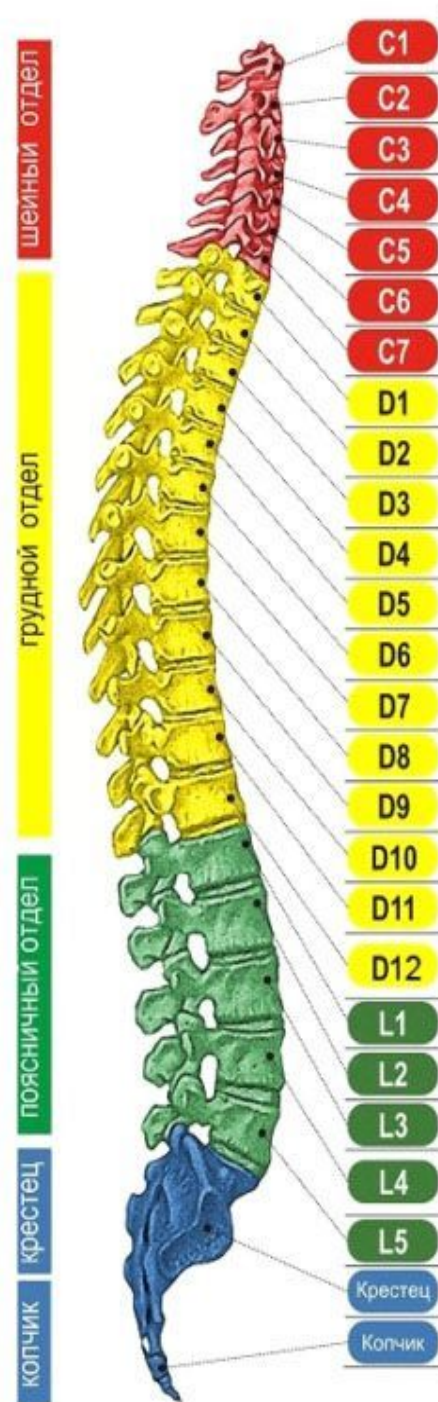


Опорно- двигательный аппарат



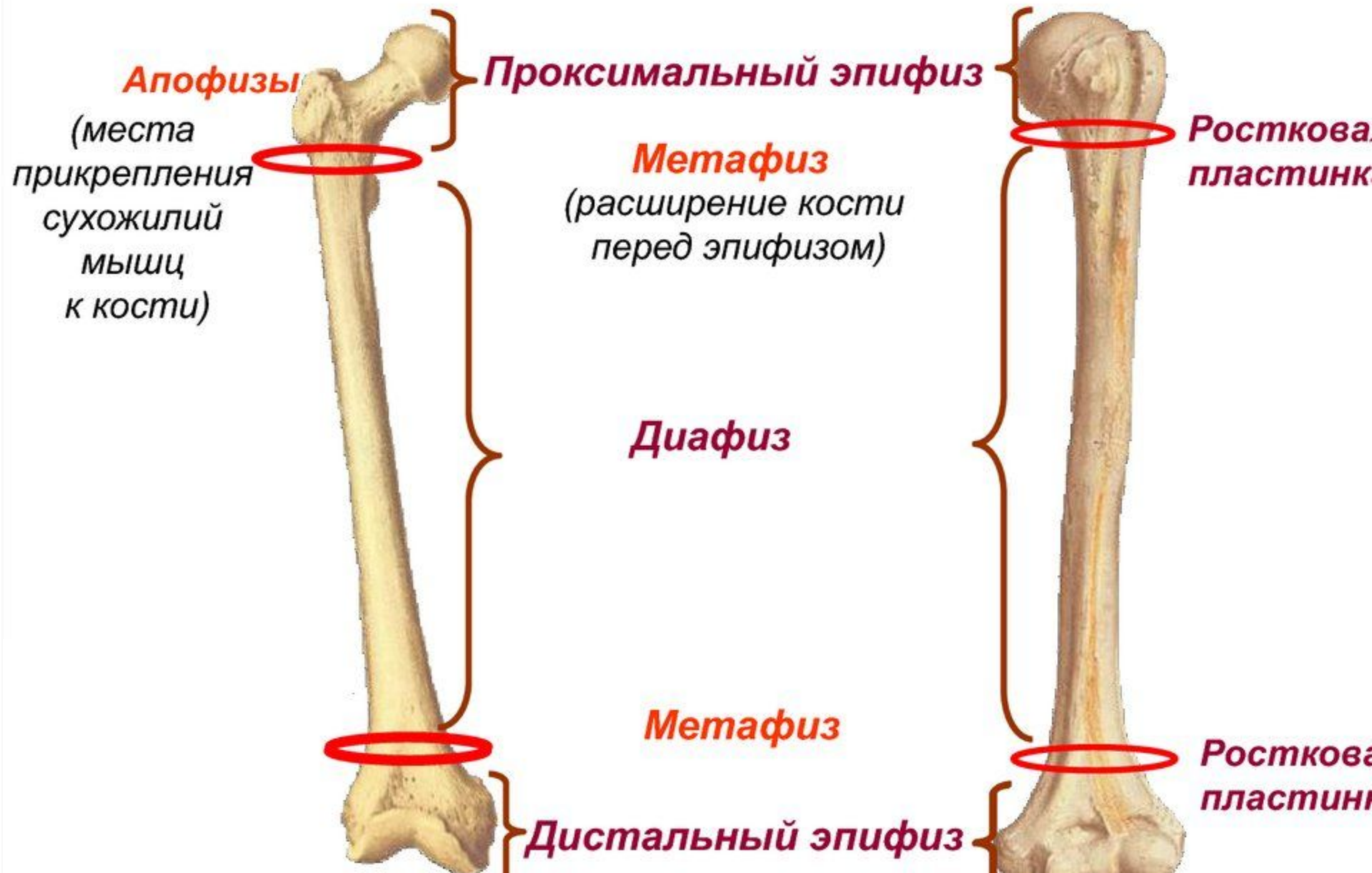
Строение позвоночника

- **Шейный отдел:**
Между 1 и 2м позвонками нет диска(соединение на гвоздике).
С 2 по 7й сосуды идут в кольцевых фороминарных отверстиях.
- **Грудной отдел:**
12 позвонков к ним крепятся 12 пар рёбер.
- **Поясничной отдел:**
5 позвонков.
- **Крестец:**
5 сросшихся позвонков.
- **Копчик:**
3-5 неподвижных(хвост).





В трубчатой кости различают отдельные





ВИДЫ СУСТАВОВ

При любом движении тела работают суставы. Они находятся во всех местах соединения костей. Без них наше тело было бы неподвижным и негибким. Суставы делятся на три вида. Большинство

суставов позволяют двигаться довольно свободно, некоторые обеспечивают лишь небольшое движение костей, и есть совсем неподвижные.

ПОЛНОСТЬЮ ПОДВИЖНЫЕ



Полностью подвижные суставы очень гибкие и составляют большинство суставов тела

ЧАСТИЧНО ПОДВИЖНЫЕ



Частично подвижные суставы обеспечивают небольшую подвижность костей

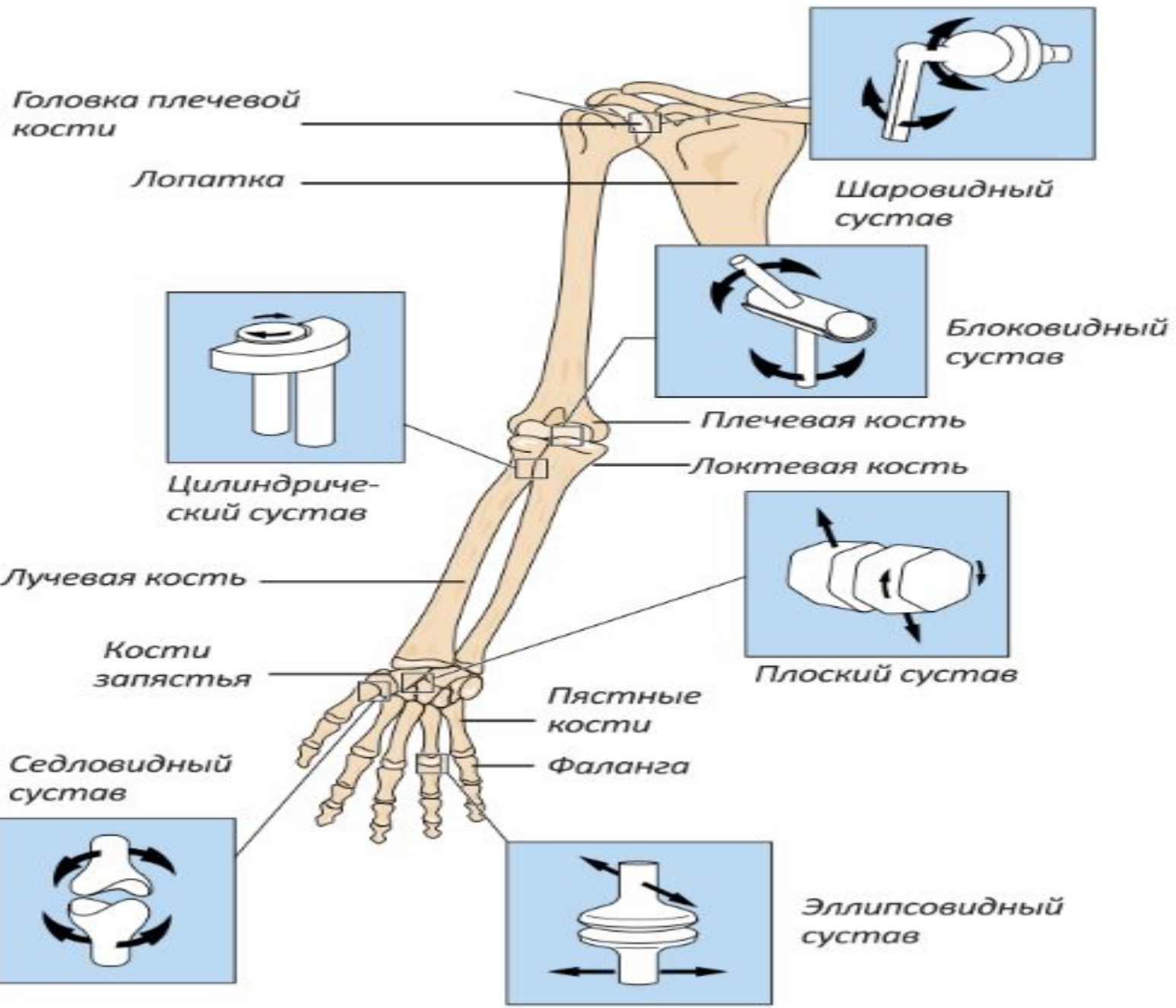
НЕПОДВИЖНЫЕ

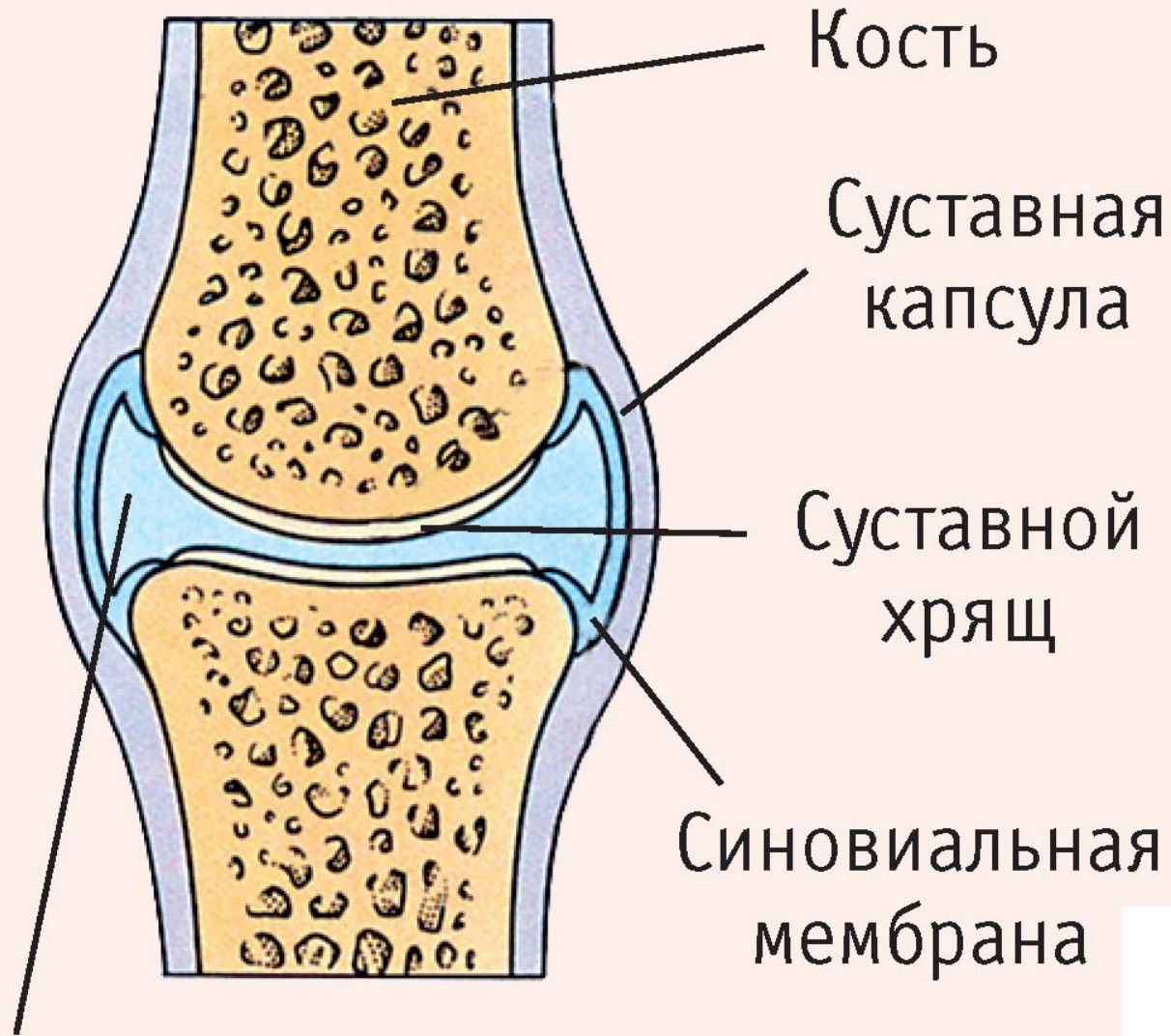


Эти суставы находятся там, где кости полностью неподвижны

Суставы полностью подвижные

ПОДВИЖНЫЕ





Синовиальный сустав

Скелетные мышцы человека

- У взрослого человека мышцы составляют 40-50% от общей массы тела

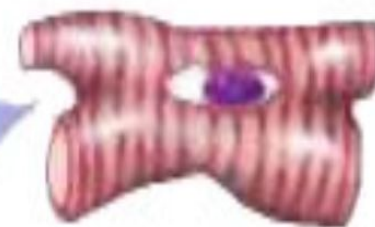
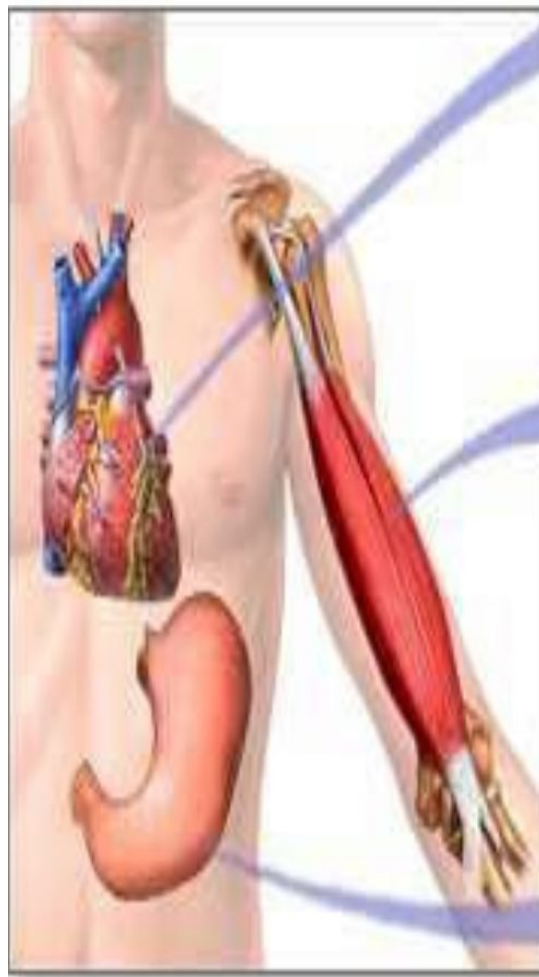
Мышечная система выполняет:

- 1) поддержание тела и внутренних органов
- 2) Движение тела в целом
- 3) метаболическая

1. Миокард

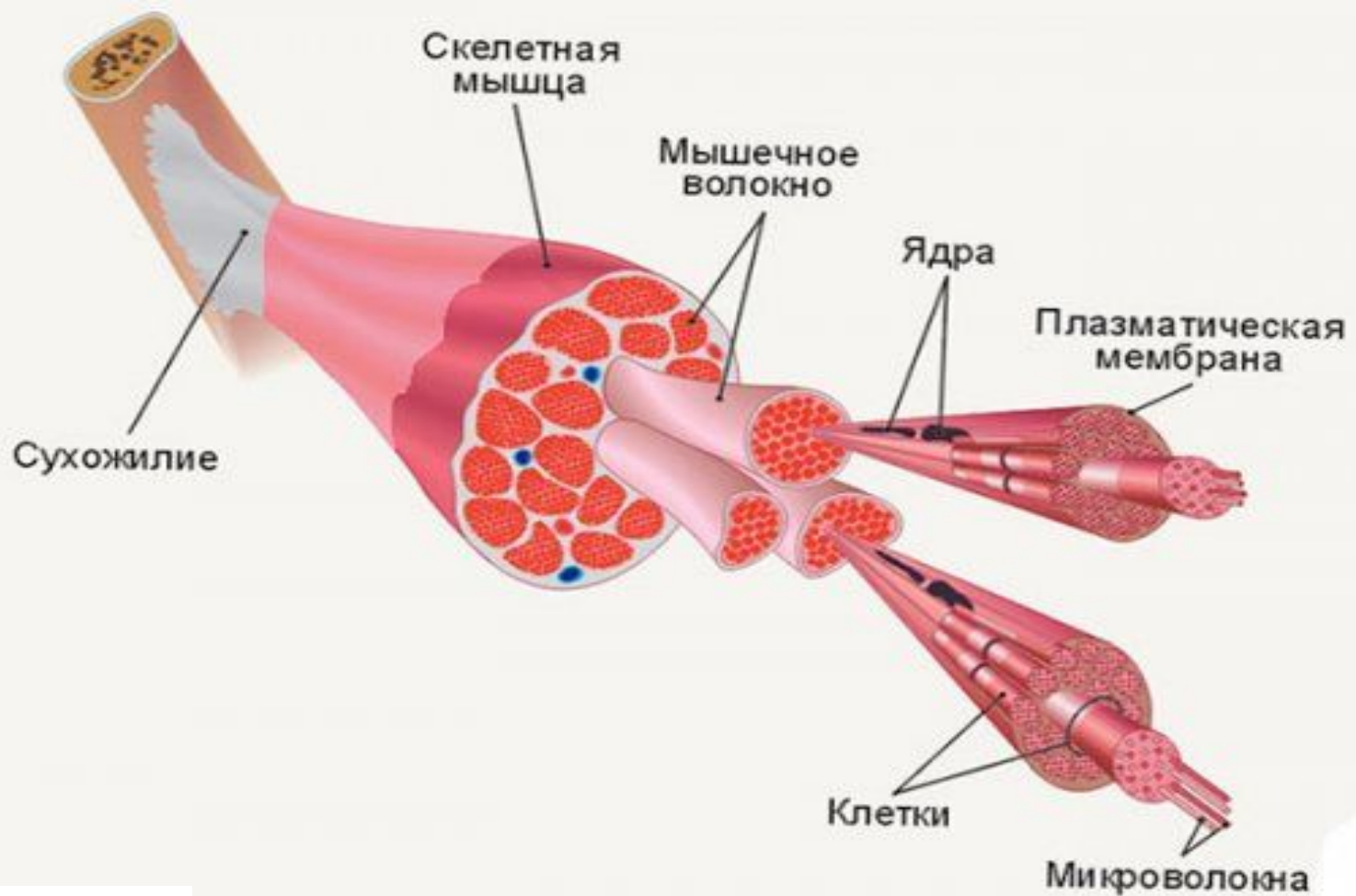
2. Скелетные

3. Висцеральные
(гладкие)



Мышцы

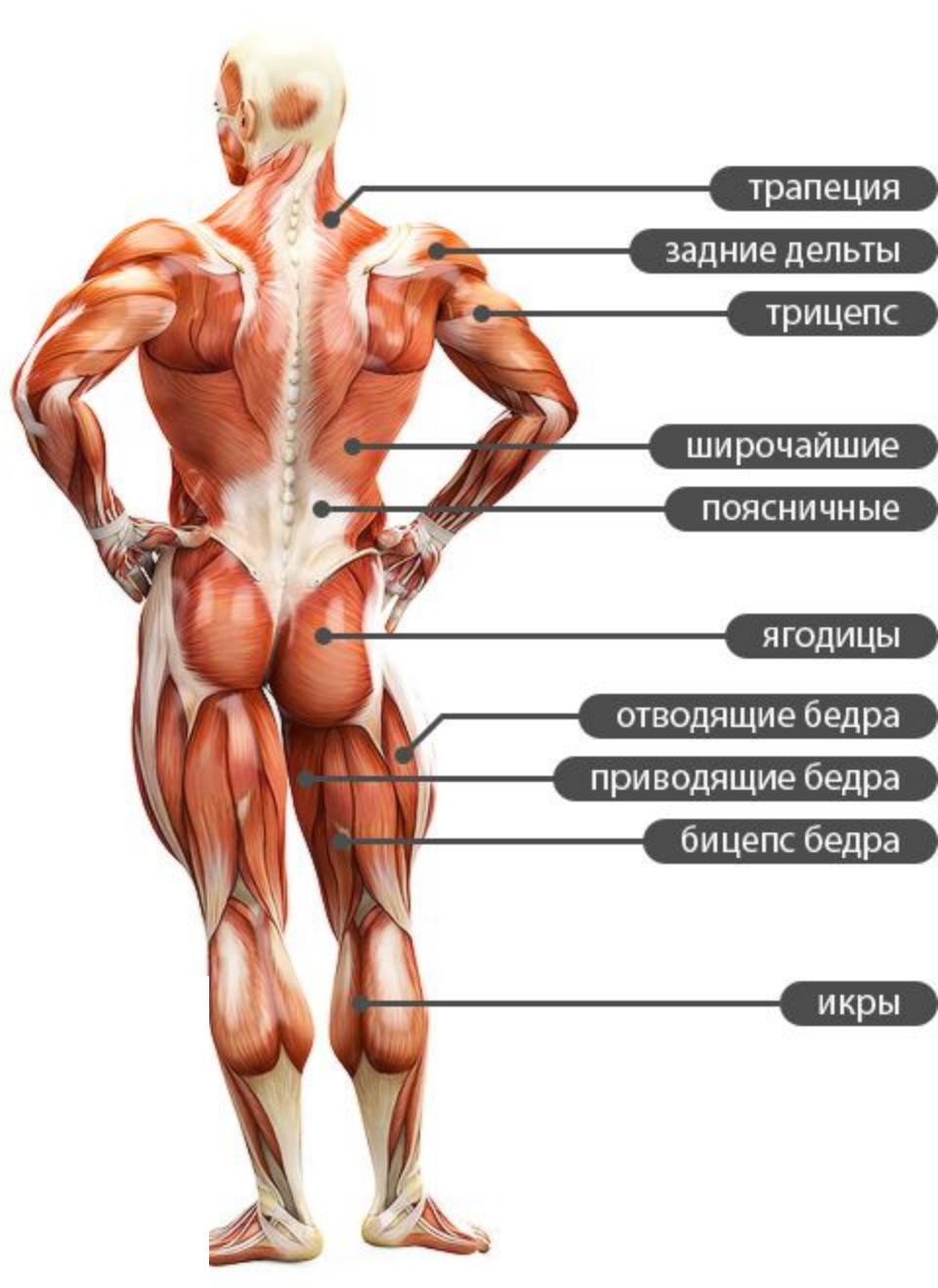
- в теле человека 640 мышц
- часть опорно-двигательного аппарата в совокупности с костями
- способны к сокращению
- предназначены для выполнения различных действий: движения тела, поддержания позы,
- состоят из упругой, эластичной ткани (клетки миоциты)
- способны сокращаться под влиянием нервных импульсов.
- для них характерно утомление, которое проявляется при интенсивной работе или нагрузке.
- позволяют менять положение частей тела в пространстве
- Работой всех мышечных тканей управляет ЦНС,.

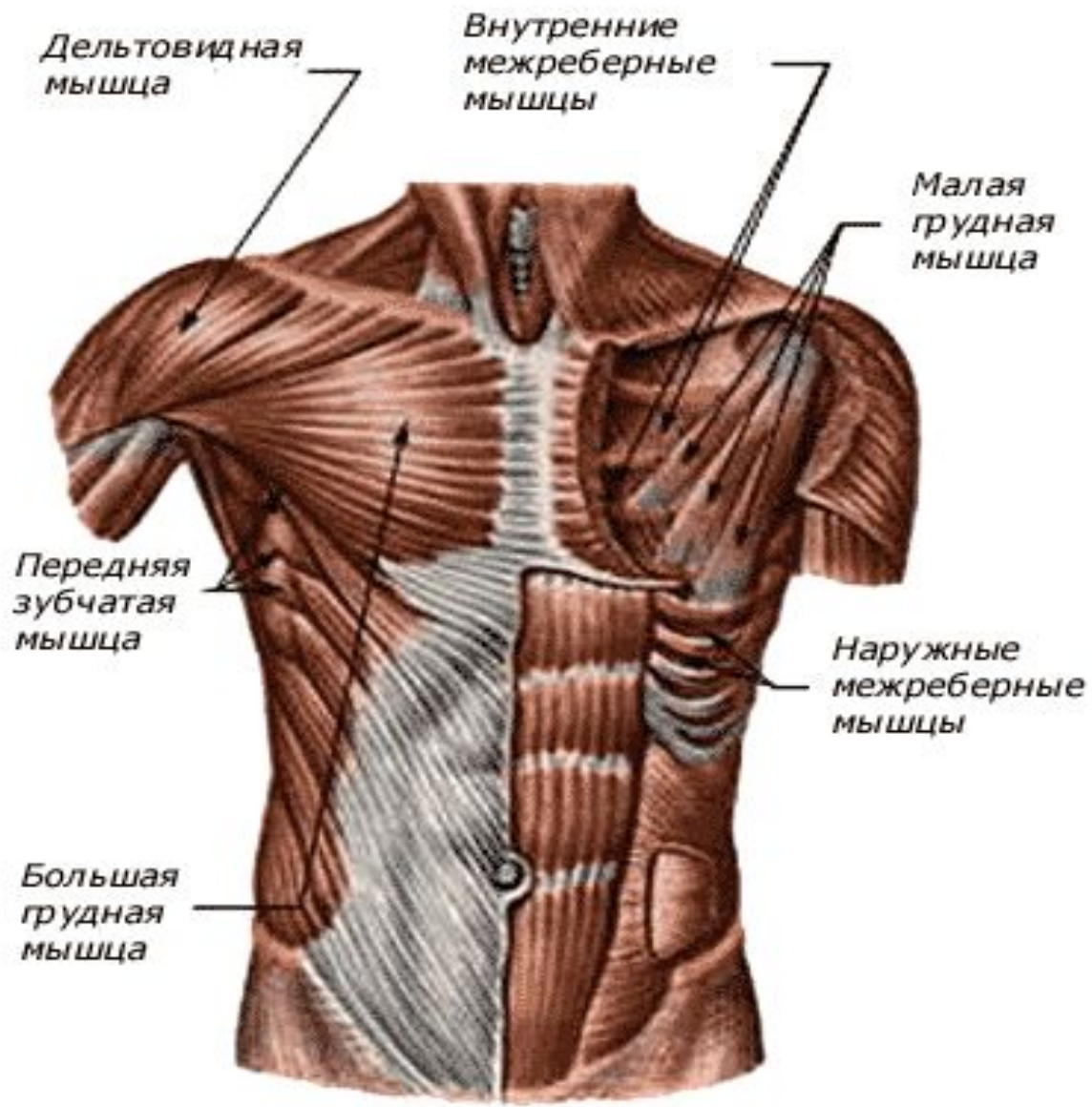


Ориентация волокон в мышцах



Примеры мышц







Показания

- для профилактики различных заболеваний и поддержания тонуса
- в комплексном восстановительном лечении подострых и хронических заболеваний ССС, нервной системы, опорно-двигательного аппарата, внутренних органов, кожных и других заболеваний;
- Как гигиеническое и косметическое средство



Противопоказания

- При ОРВИ (при повышении температуры выше 37,2)
- Гнойные и грибковые заболевания кожи
- При забелеваниях кожи (фурункулез, карбункули)
- При острых воспалениях кровеносных и лимфатических сосудов
- При выраженном варикозном расширении вен.
- Заболевания органов брюшной полости с склонностью к кровотечениям.
- При онкологии
- В период гипер- и гипотонических кризов
- Артриты в стадии обострения
- Ангина (к массажу приступить не ранее чем через 2 недели)

При расстройстве функций желудочно-кишечного тракта (тошнота, рвота, жидкий стул-«понос»).

- Гангрена.
- Трофические язвы.
- Лимфаденит - воспалительный процесс лимфатических узлов.
- Туберкулез.
- Сифилис.
- Остеомиелит.
- Наркотическое и/или алкогольное опьянение.

Приемы массажа:

- Поглаживание: — механическое воздействие на ткань руками массажиста , при котором массирующая рука скользит по коже, не сдвигая ее в складку.
- Растирание: это механическое воздействие на ткань руками массажиста с постоянным давлением на уровне порога болевой чувствительности при котором рука не скользит, а сдвигает кожу

- **Разминание:** — механическое воздействие на ткань руками массажиста с ритмично изменяющимся давлением от нуля до уровня порога болевой чувствительности, выполняемое спиралевидно, в центростремительном направлении;
- **Вибрация :** — ритмичные механические колебательные воздействия с изменяемым ритмом, выполняемое как продольно, так и поперечно.

Виды массажа

- — гигиенический (оздоровительный, профилактический);
- — лечебный;
- — спортивный;
- — косметический.



Гигиенический

- Этот вид массажа – активное средство профилактики заболеваний, сохранения работоспособности.
- Он назначается в форме общего массажа или массажа отдельных частей тела



Лечебный массаж

- - дозированное, с периодизацией ежедневно или через 1 день. Применяется для ускорения восстановления функций органов и систем организма при их заболеваниях и травмах.

Дозировка зависит от установленного диагноза, стадии заболевания, индивидуальной чувствительности.

Различают следующие его разновидности:

- ✓ классический – применяют без учета рефлекторного воздействия и проводят вблизи поврежденного участка тела или непосредственно на нем;

Классический массаж

Классический массаж спины подразумевает воздействие на мышцы шеи и плеч, лопаточной области, прямые и косые мышцы спины и пояснично-крестцовый отдел.



Выполнение массажа:

1. Все движения массажиста идут строго по направлению к лимфе
2. Лимфатические узлы мы не массируем
3. Разделяем спину пациента на отдельные квадраты для проработки всех отделов спины
4. Наносим механические раздражения нашим тканям с помощью приемов поглаживания, растирания, разминания, вибрации
5. Массажруем ниже болевого порога пациента не доставляя дискомфорт.

Спортивный массаж

- Применяется для улучшения функционального состояния спортсмена, его спортивной формы, снятия утомления, повышения физической работоспособности, профилактики травм и заболеваний ОДА и их лечения.

Он подразделяется на: тренировочный;
предварительный;
восстановительный;
лечебный.

- *Тренировочный* массаж проводится для подготовки спортсмена к наивысшим спортивным достижениям в более короткое время.
- *Предварительный* массаж применяют для нормализации состояния различных органов и систем спортсмена перед предстоящей физической или психоэмоциональной нагрузкой

- ✓ разминочный
- ✓ согревающий
- ✓ мобилизующий
- ✓ тонизирующий
- ✓ успокаивающий (седативный)

- Восстановительный массаж – применяется для максимально быстрого восстановления различных функций организма

Основными задачами являются:

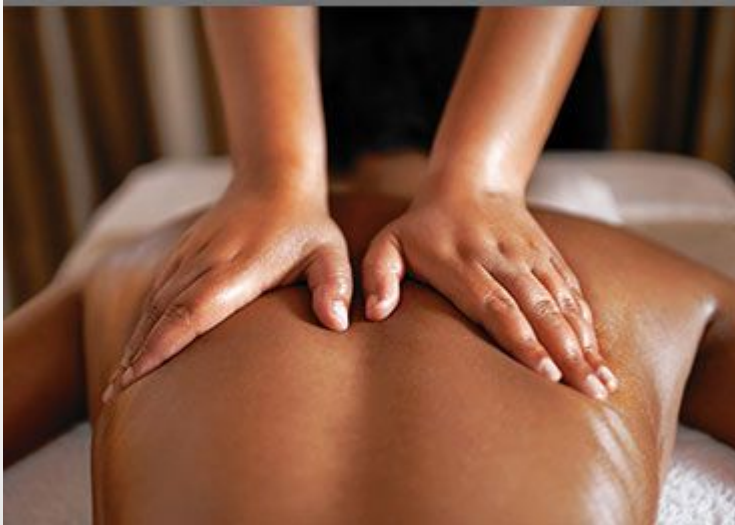
- ✓ снять чрезмерное нервно-мышечное и психическое напряжение;
- ✓ расслабить нервно-мышечный аппарат и создать условия для оптимально быстрого восстановления организма;
- ✓ устранить имеющиеся болевые ощущения;
- ✓ повысить общую и специальную работоспособность как отдельных частей тела, так и всего организма.



Косметический массаж

Применяется для улучшения состояния кожи, предупреждения ее преждевременного старения, укрепления волос на голове, лечения различных косметических недостатков.

Подразделяется на: гигиенический;
лечебный;
пластический

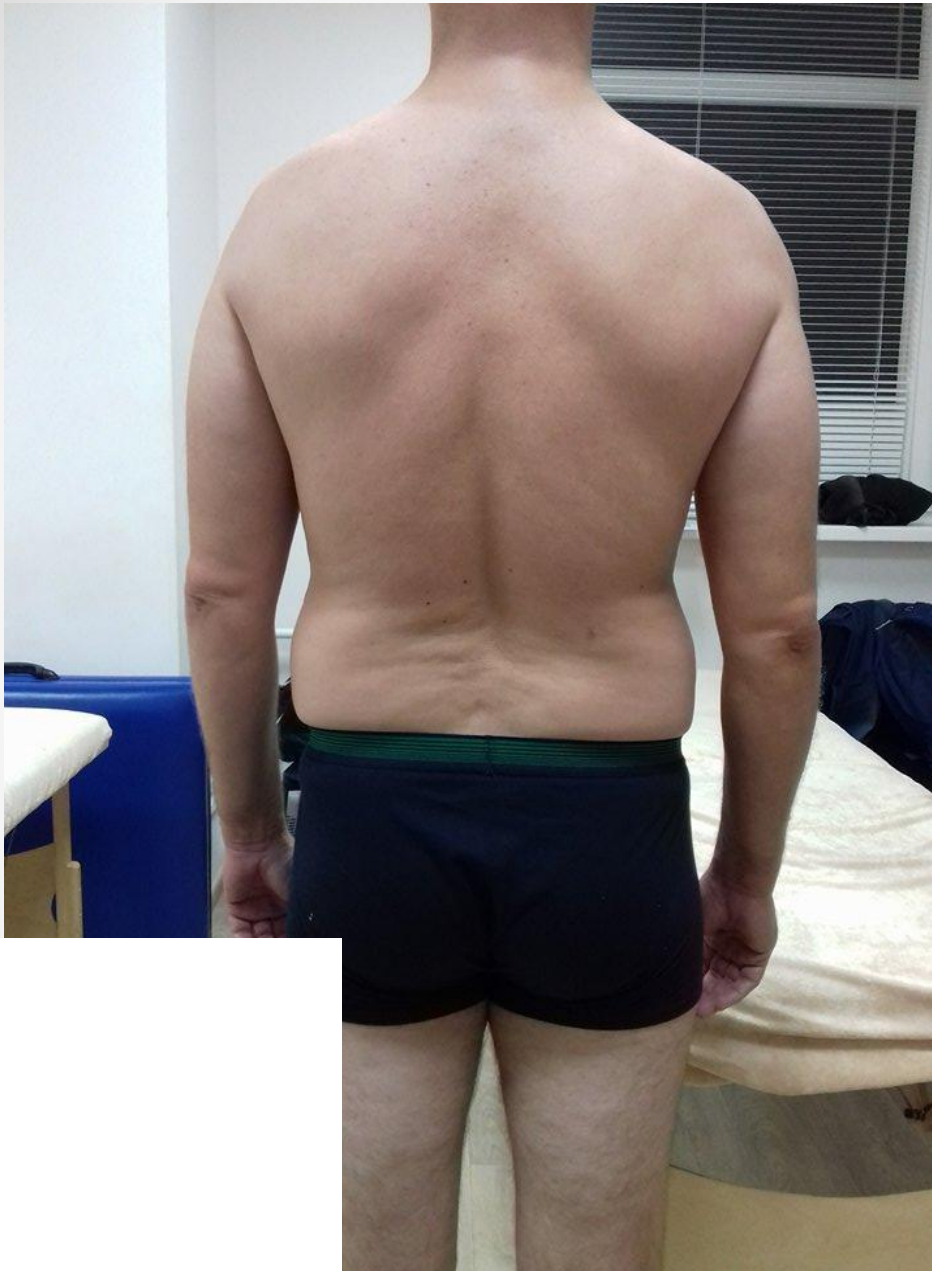


Клинический случай: анамнез

Вентральная поверхность



- **Разная высота плеч**
- **- Ротация внутрь левого и плеча**
- **- Незначительная деформация грудной клетки справа (выпячивание)**



Анамнез

- **Сколиоз**
- - **Мышечный дисбаланс**
- - **Перекося линии плеч**
- - **Поясничный отдел – снижение высоты межпозвоночных дисков, заломы и отечность кожи**

Тест в наклоне



- **Искавление линии позвоночника и реберное выпячивание справа**

Сагиттальная поверхность



- **Выпячивание передней брюшной стенки**
- **- Дисбаланс мышц брюшного пресса и нижнего отдела спины**

- *Реализованная программа:*

- *классический массаж;*
- *массаж гуа-ша;*
- *постизометрическая релаксация мышц.*



Достигнутый результат







Рекомендо

вана статья

Эксперт красоты № 3/ 2014
Статья : «Общий массаж —
программа «Анти-стресс.
Создаем персонализированные
программы.»»

ОБЩИЙ МАССАЖ – ПРОГРАММА «АНТИ-СТРЕСС» СОЗДАЕМ ПЕРСОНАЛИЗИРОВАННЫЕ ПРОГРАММЫ



В предыдущих статьях мы много говорили о тайнах человеческого тела, факторах, вызывающих изменения и нарушения его конфигураций. Обсуждали

патологии и их последствия. Сегодня же, в перипетии социальных событий, считаю должным акцентировать Ваше внимание на программе «Анти-стресс».

Согласно основам нервной деятельности человеческого организма и симптоматики заболеваний, большинство из специалистов-невропатологов выделяют бич современности - стресс. В основу большинства заболеваний, будь то онкологические, вирусные, аутоиммунные или же элементарные нарушения опорно-двигательного аппарата, заложены психоэмоциональные и эмоциональные перенапряжения.

Работа нервной системы происходит на скрытом, нерегулиру-

емом, подсознательном уровне. Самым простым и часто встречающимся диагнозом за короткий промежуток времени стала мышечная дистония и вегето-сосудистая дистония (ВСД) по смешанному типу.

Задавались ли вы вопросом о собственном самочувствии или же самочувствии близких и пациентов? Наблюдали ли вы, как в считанные секунды без видимой но то причины у человека меняются показатели артериального давления, ЧСС и частота дыхания? Насколько часто вы слышите от клиента жалобы на головные боли, головокружение, приступы тошноты, спазм гладкой мускулатуры желудка и приступы икоты? Думаю, что

МАРИЧЕВА
ЮЛИАНА
ЮРЬЕВНА

массажист-
реабилитолог,
osteopat-
verteболог,
методист-
преподаватель,
руководитель
Школы массажа
и эстетики тела
«ЦРСБ «Партнер
Плюс»



ЭКСПЕРТ

Красоты

Журнал beauty-индустрии Украины

1•2019

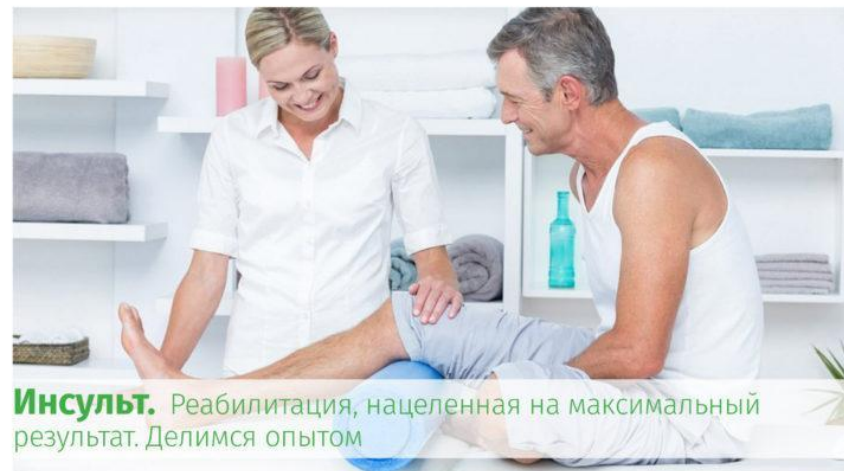
САЛОННЫЙ БИЗНЕС

БОЛЬШИЕ ВОЗМОЖНОСТИ

МАЛЕНЬКИХ ПРЕДПРИЯТИЙ

ГОТОВИМСЯ

К СЕЗОНУ



Инсулт. Реабилитация, нацеленная на максимальный результат. Делимся опытом

САЛОННЫЙ БИЗНЕС и работа массажиста или SPA-оператора зачастую ассоциируется с приятными дорогостоящими, релаксирующими процедурами, направленными на улучшение питания кожи, повышение ее упругости и просто улучшения настроения. Кабинет эстетики тела представляется как мир божественных ароматов, мягких окутывающих покрывал и нежных сказочных мелодий.

Но это лишь одна грань призм. Мы неоднократно обращали внимание нашего читателя на уловки и хитрости антицеллюлитных про-

грамм и строгую кинематическую взаимосвязь лечебного комплекса и прочее.

Сегодня мы приоткроем еще одну грань массажной призм — **Реабилитационный массаж**. Данное направление тяжело назвать романтическим, приятным процессом, «танцем», приносящим удовольствие как массажисту, так и пациенту. Результаты здесь оцениваются стабилизацией жизненных функций, возвращением чувствительности и минимальными подвижками в сторону самостоятельности, да и, правду сказать, балансируют по тонкой грани жизни и смерти. Па-

циент в процессе работы не всегда позитивно настроен, а местами панически не желает предстоящих процедур. И дело здесь не в жестокости массажиста-реабилитолога, а в повышенной чувствительности нервной системы пациента. Он как «оголенный нерв»! Каждое движение, каким бы легким оно не было, еще до прикосновения вызывает паническое, протестующее движение в ответ. В связи с этим, считаем должным, поделиться своими наработками и рассказать всю правду о профессии реабилитолога.

Реабилитация постинсультных состояний, как и большей части послеоперационных случаев и острых пограничных состояний, разделяется в реабилитации на несколько этапов, у каждого из которых существуют свои цели и задачи.

Первый этап — острый период — строго постельный режим (7-21день). Основной задачей массажа является:

ЧЕРНОВА

Юлиана Юрьевна

массажист, специалист по лечебной физкультуре, методист-преподаватель, руководитель Школы массажа ЦРСБ «Партнер+»





ЦЕНТР РАЗВИТТЯ САЛОННОГО БІЗНЕСУ

«Партнер Плюс»

ПРАКТИКУМ

по массажу, эстетике тела
и остеопатии



Массаж



Эстетика тела



Остеопатия



Учебное заведение №1
в Украине по подготовке
специалистов beauty-рынка



СОДЕРЖАНИЕ

I. Предисловие.	4
II. Словарь терминов.	5
III. Основные понятия массажа.	7
1. Массажные манипуляции. Цели и разновидности.	10
2. Массажные направления и техники. Классификация и их комбинации.	12
IV. Эстетика тела.	15
1. Диетология. Современный подход. Сравнительный анализ.	15
2. Научно-доказательная база. Комплексные программы согласно проблематике.	15
А. Гинекоидный тип фигуры — «Груша».	21
Б. Андроидный тип фигуры — «Яблоко».	26
В. Лимфоидный тип фигуры — «Банан».	29
3. Кинезиотейпирование в эстетике тела.	29
4. Гормональные изменения, возрастные особенности и их последствия в эстетике тела.	32
Стремительная потеря веса. Стрии.	32
5. Эстетические дисфункции при эндокринных заболеваниях.	36
Профилактический подход.	41
6. Послеродовая реабилитация и гормональный дисбаланс в эстетике тела.	41
V. Периоды детства. Врожденные и приобретенные заболевания и их прогрессия в периоды активного роста.	45
1. Методы первичной диагностики.	45
2. Челюстно-лицевые деформации, методы коррекции.	46
3. Дисплазия тазобедренного сустава.	50
4. Плоско-вальгусная стопа.	52
5. Сколиоз. Коррекция ОДА в периоды активного роста. Профилактика и лечение изменений осанки, опорной функции стоп и челюстно-лицевой деформации.	53
6. Деформация грудной клетки. Воронкообразная грудина.	57
7. Генетическая предрасположенность и семейная патология.	60
Врожденная кривошея и пупочная грыжа.	60
VI. Хронические заболевания ОДА.	63
VII. Медикаментозные блокады.	70
1. Деформирующий остеоартроз.	71
2. Ревматоидный артрит.	72
3. Острый остеохондроз пояснично-крестцового отдела.	73
VIII. Невралгия лицевого нерва неясной этиологии.	74

Рекомендована стаття



СБОРНИК СТАТЕЙ

ПО КОСМЕТОЛОГИИ,
ЭСТЕТИКЕ ТЕЛА
И МАССАЖУ

ЭКСПЕРТ
Красоты



Список рекомендованої літератури для підготовки

до занять та успішного складання атестації

- Методичні розробки за спеціальністю «Масажист»
- Практикум по масажу, естетиці тіла та остеопатії
- «Толковий словник»
- Збірник статей по косметології, естетиці та масажу
- Журнал «Експерт краси»
- Томас Маєрс «Анатомічні поїзда»
- Сієльніков «Атлас анатомії людини» том 1, 2,3
- Неттер «Атлас анатомії людини»

•



Видеопортал R+

<http://partner-video.com.ua/>

Подарок



- **Видеоконсультации преподавателей Учебного центра:** приём у косметолога, массажиста, мастера маникюра и педикюра.
- **Видеоконсультации специалистов Школы парикмахерского искусства,** стили и визажа.
- **Открытие видеоуроки по специальностям:** «Косметолог», «Массажист-универсал», «Мастер маникюра и педикюра», «Парикмахер-универсал».
- **Видеопрезентации техник и методик по косметологии,** эстетике тела, массажу, эстетике рук и ног, парикмахерскому искусству.
- **Учебное видео к базовым курсам и** повышению квалификации.

Приглашаем всех желающих получить интересную информацию на нашем видеопортале!

www.partnerplus.com.ua

067 500-92-82, 063 441-44-53, 044 222-80-56

Рекомендовано к
домашнему просмотру:

- **ВИДИОКОНСУЛЬТАЦИИ;**
- **конференция 2017:**
- **МАССАЖ СПИНЫ**

НАШИ ПРОЕКТЫ:



Наши проекты: курсы массажа и парикмахера | курсы маникюра | курсы тату | курсы парикмахера или | курсы косметолога | курсы

2. ШКОЛЫ МАССАЖА. ВИДЕО



3.

- o Видео-консультации школы массажа
- o Конференция для массажистов 2017
- o Видео-урок массажа
- o Видео для студентов. Курс "Массажист"
 - o [Массаж спины](#)
 - o Массаж верхних конечностей
 - o Массаж кисти
 - o Массаж нижних конечностей
 - o ..

4.

Авторизация

Логин:

Пароль:



Торговый дом «Партнер+»



- *Масло для массажа*
- *Одноразовая продукция*
- *Расходные материалы*
- *Массажные столы*