

Приёмы классического массажа. Область спины.



Положение пациента



Лёжа на спине, руки вдоль туловища,
валик под голеностопными суставами.

Положение массажиста.

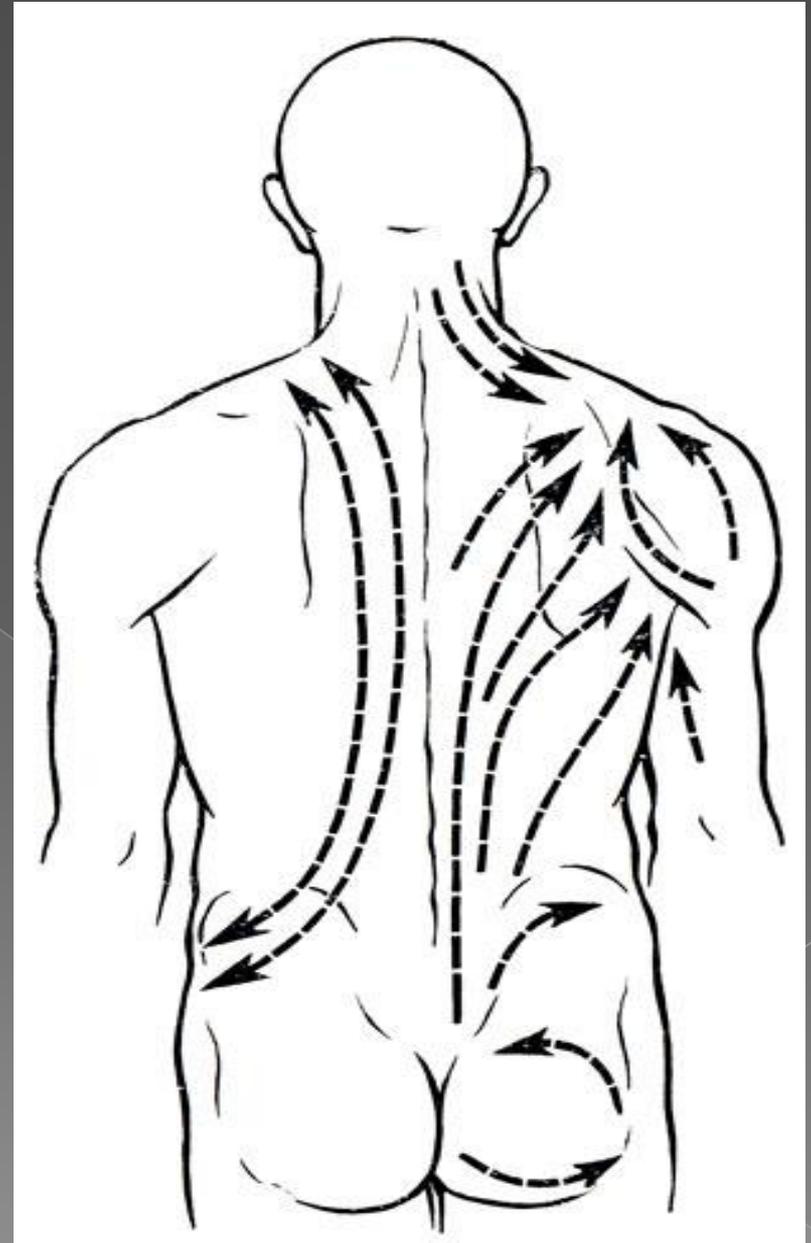
А) параллельное положение – руки располагаются параллельно массажной зоне;

Б) перпендикулярное положение – руки располагаются перпендикулярно массирующей зоне;



Направление массажных движений:

- А) к
ПОДКЛЮЧИЧНЫМ
лимфоузлам (от крестца к ключице);
- Б) к подмышечным
лимфоузлам (от крестца к подмышечным впадинам);
- В) к паховым
лимфоузлам (от крестца в бок);



Принципы поглаживания



А) плоскостное поглаживание – выполняется плоскостью обеих ладоней. Руки скользят по поверхности, не смещая кожу в складку.

Б) Граблеобразное поглаживание.

Выполняется подушечками расставленных пальцев. Руки скользят по поверхности, не смещая кожу в складку

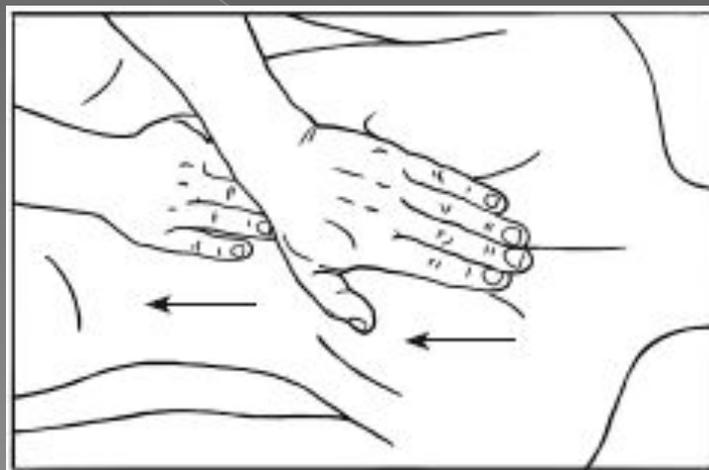




В) Гребнеобразное поглаживание.

Выполняется гребнями пальцев, сложенных в кулак. Руки скользят по поверхности, не смещая кожу в складку

Г) Раздельно-
последовательное
поглаживание
_Руки скользят
по
поверхности
друг за
другом,
поочерёдно,
не смещая
кожу в
складку



Принципы растирания

А) граблеобразное;



Б) гребнеобразное;



В) Пиление. Выполняется ребром ладоней, которые двигаются во взаимно противоположных направлениях вперёд назад.



Г) Пересекание. Выполняется лучевым краем ладони, которые двигаются во взаимно противоположных направлениях вперёд назад.

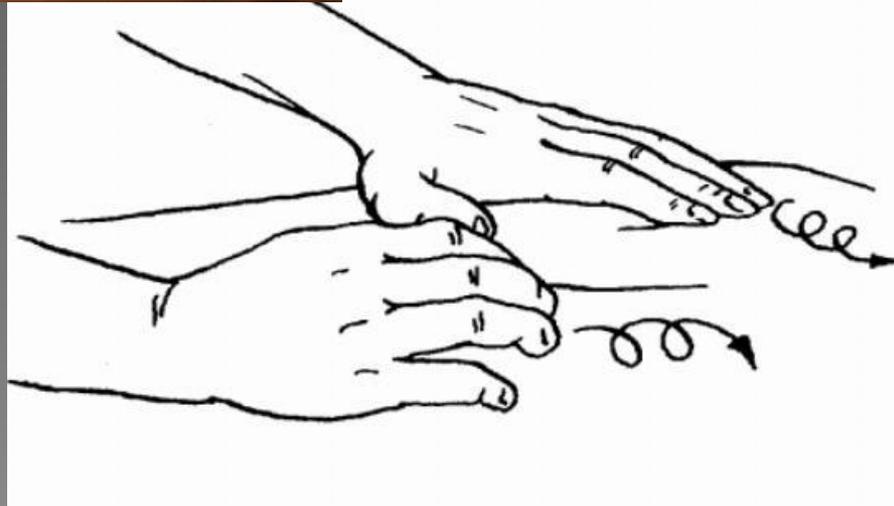




Д) Спиралевидное растирание.

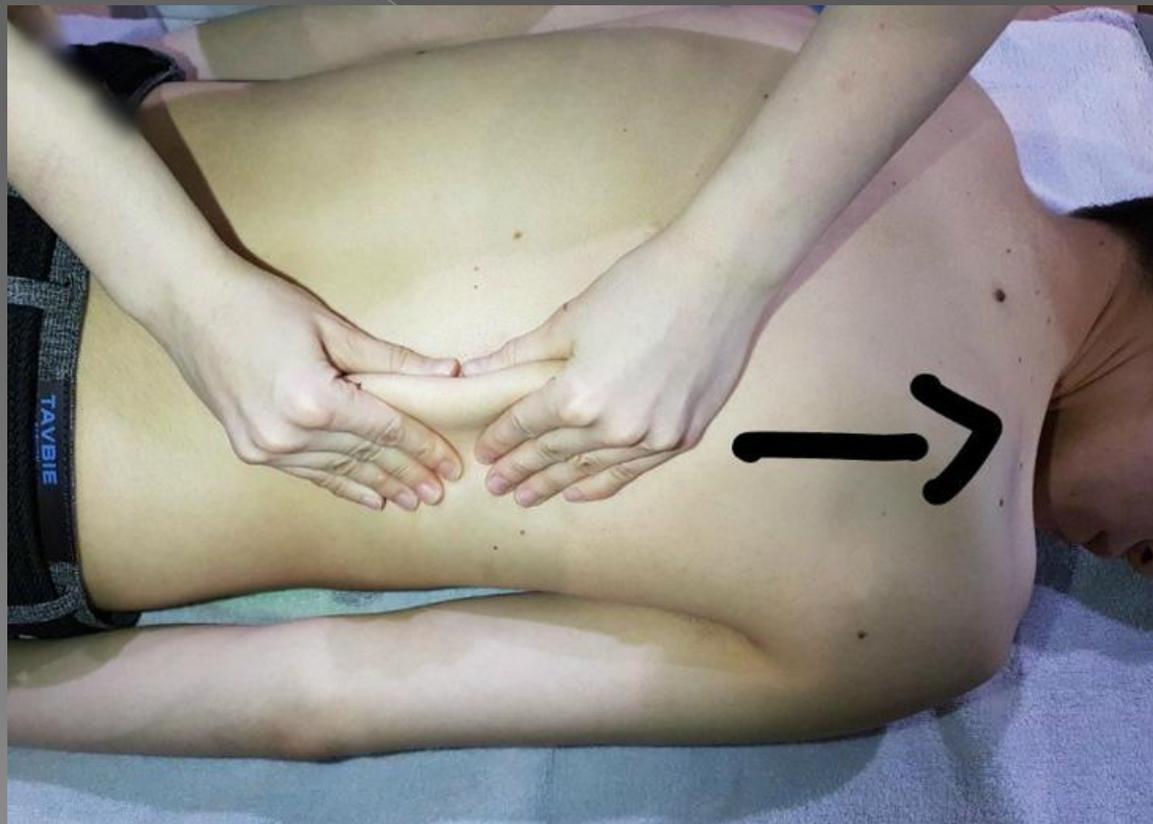
Выполняется подушечками четырёх пальцев с опорой на большой палец

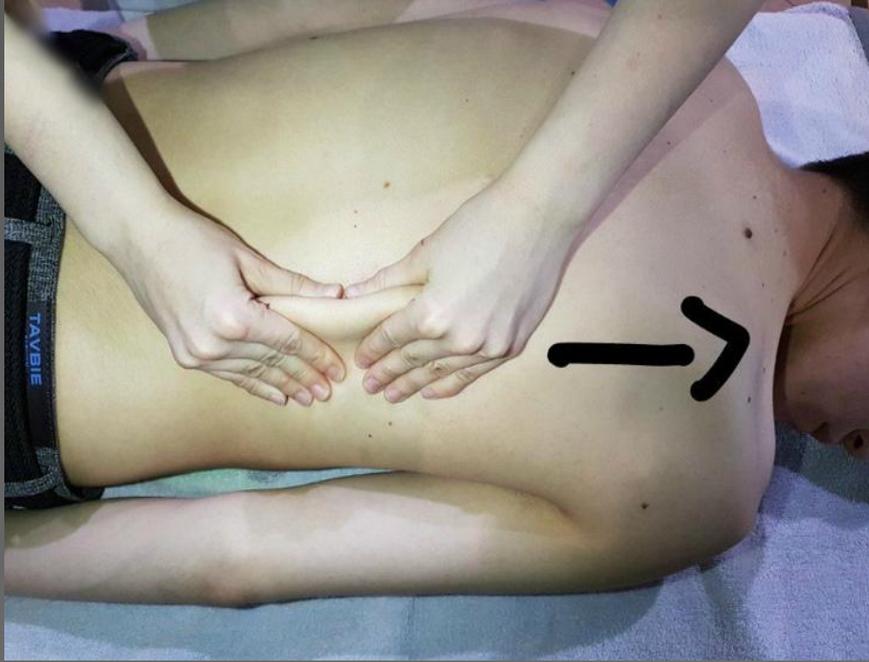
при этом четыре пальца описывают спираль по массажной поверхности.



Приёмы разминания.

А) Обыкновенное разминание. Выполняется кистью ладони, при этом кисть охватывает мышцу в складку. Движение осуществляется продольно и поперечно.





Б) Двойное разминание. Выполняется двумя руками, при этом кисть охватывает мышцу в складку. Движение осуществляется продольно и поперечно.

В) Сдвигание складки. Выполняется двумя руками, при этом захватывается складка, которая перемещается по массажной поверхности.



Г)накатывание:

- на мизинец;

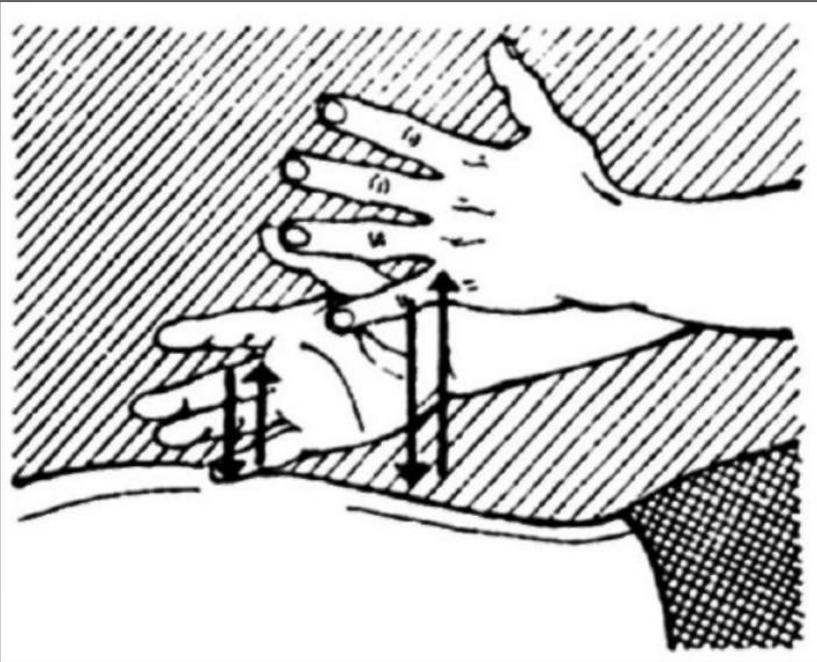


-НА КУЛАК ;



Приёмы вибрации.

А) Рубление. Выполняется ладоней при этом пальцы расставлены. Осуществляются ритмичные движения, поочерёдно обеими руками.



Б) Похлопывание. Выполняется ладонями, составленными в виде «лодочки». Осуществляются ритмичные движения, поочерёдно обеими руками.





В) Пунктирование. Выполняется подушечками всех пальцев поочерёдно, напоминает игру на пианино.