

Презентация на тему:

«Криомассаж и криопроцедуры»

Работу выполнила Янушевич Ольга

МСД-412, 3 бр.

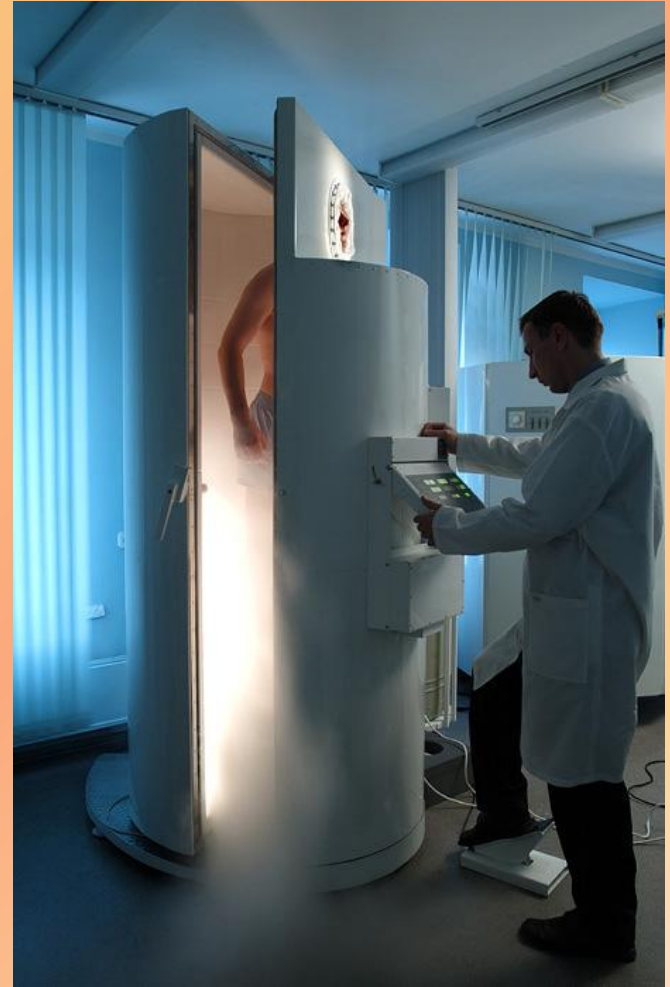
**Криомассаж** — метод криотерапии, заключающийся в сочетании холодового воздействия на ткани организма в комплексе с массажными приемами.

Выделяют:

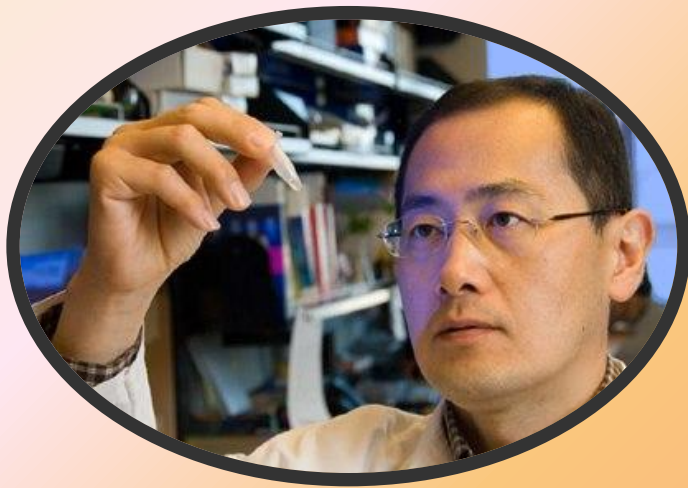
- криотерапевтическое воздействие с использованием умеренно низких температур (до  $-20^{\circ}\text{C}$ ): ледяные аппликации, массаж кубиками льда, ледяные обертывания, холодные ванны, аппликации криопакетов, холодные грязевые аппликации, криоаппликации с помощью термоэлектрических устройств, хлорэтиловые и спиртовые блокады.



- И с использованием экстремально низких температур (от  $-20^{\circ}\text{C}$  до  $-120^{\circ}\text{C}$ ): общая криотерапия в криокамере, воздействие парожидкостной смесью азота,  $\text{CO}_2$ -аэрозолем, в том числе воздействия на биологически активные точки китайских меридианов (криопунктуру) температурой.



Применение холода в массаже связано с именем японского ученого — Тосимо Ямаучи. Его считают родоначальником криомассажа. Свои первые исследования он посвятил методам лечения холодом ревматических поражений опорно-двигательного аппарата.



В современных процедурах криомассажа используют кубики льда, местные холодовые ванны и повязки, ледяные обертывания и аппликации, спиртовые и хлорэтановые блокады, криопакеты. Эти способы нашли широкое распространение в сфере Spa-индустрии, в методах борьбы с целлюлитом. Особое направление в косметологии получил метод криомассажа закисью азота.



## Механизм действия.

При криомассаже воздействие холода не столь длительно, как в обычной процедуре массажа: в зависимости от температуры в среднем от 0,5 до 10 мин (до 30-60 минут).

В условиях патологии воздействие холода оказывает обезболивающее, противовоспалительное, противоотечное, сосудорасширяющее, миорелаксирующее, трофико-регенераторное, десенибилизирующее, иммуномодулирующее действие, повышает тонус венозных и лимфатических сосудов (лимфодренаж). Подобное воздействие уменьшает явления застоя в тканях, налаживается их дренажная функция, лучше выводятся продукты распада. Наряду с этим улучшается трофика тканей. Кожа приобретает хороший вид: повышается её эластичность, тургор.



## Виды криомассажа.

*По зонам лечебного воздействия:*

- I. массаж лица и шеи, зоны декольте
- II. тела (в нем отдельно — контрастный)



## Показания и противопоказания.

### *Показания:*

- ✓ Его часто используют в реабилитации пациентов после косметических операций - криомассаж устраняет посттравматическую отечность за счет улучшения дренажных свойств межтканевой жидкости.
- ✓ Изменение кожи лица, шеи в виде снижения тонуса.
- ✓ изменения кожи бедер, ягодиц, живота.

### *Противопоказания:*

- Общие для массажа.
- Холодный период времени (перед выходом на улицу).
- Гиперчувствительность к холоду.



## **Методика воздействия.**

Техника криомассажа несколько отличается от классической общепринятой в массаже. Состоит в непродолжительном воздействии на кожу и подлежащие слои кусочками льда или холодными компрессами (криотерапия), жидким азотом на ватном тампоне и др.

Массаж льдом: ранее наиболее часто рекомендовали растирание льдом пораженной области. В настоящее время чаще применяют менее агрессивный метод — поглаживание. Лед заворачивают в салфетку, оставляя при этом одну сторону открытой. Делают массаж точек акупунктуры.





Аппликации дробленого льда: Приготовленный лед (до 1.6 кг), помещенный в полиэтиленовые пакеты, укладывают на пораженную область. Наибольшее распространение криомассаж получил при лечении травм. Воздействию льдом при этом должно быть произведено не позднее 2-4 часов после получения травмы.



Криомассаж жидким азотом: при помощи деревянной палочки с ватным тампоном наносится на поверхность кожи тонкими слоями. Процедура требует от проводящего её определенной тренировки и четкости движений.



Спасибо за внимание!