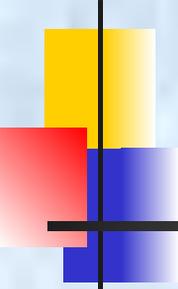




# Лечебный массаж



# План



---

- Из истории...
- Что такое массаж?
- Происхождение слова “массаж”.
- Показания к применению лечебного массажа
- Противопоказания к проведению лечебного массажа
- Классификация массажа
- Библиографический список
- Автор

# Из истории...

*Начало применения массажа теряется в глубине веков. Совершенствования методик, приемов, методов массажа продолжается в настоящее время. Долгие годы методики массажа базировались на эмпирических представлениях и практическом опыте, а специальные клинико-физиологические наблюдения были малочисленными.*

*Методики массажа строились по анатомо-топографическому принципу, без учета сущности заболевания.*

*Гиппократ признают основоположником применения массажа как лечебного средства. Врачи Древней Греции считали необходимым внедрение массажа не только в медицине, но и в быту, спорте, армии, школе. Из Древней Греции приемы массажа были перенесены в Древний Рим, где были использованы в школах гладиаторов. Массаж выполняли как перед боем (для лучшей подготовки организма), так и после него с целью лечения травм и быстрого восстановления сил к последующим поединкам. В императорской армии он стал неотъемлемой частью физической подготовки воинов.*

*Основы классического массажа начали формироваться в XVIII в. Немецкий ученый Фридрих Гофман положил начало применению массажа в хирургии. Французский хирург Андре заложил основы применения массажа в ортопедической практике. Крупный французский клиницист Клеман Жозеф Тиссо в капитальном труде "Медицина и хирургическая гимнастика" (1781) привел сравнительные данные об эффективных результатах применения массажа и гимнастики в хирургии, считая, что "движение может часто заменить лекарство, но ни одно лекарство не заменит движения".*

# Что такое массаж?

**Массаж** - метод лечения и профилактики заболеваний, представляющий собой совокупность приемов механического воздействия на различные участки поверхности тела человека, производимый руками массажиста или (реже) специальными аппаратами. Массаж, являясь физиологичным для организма человека методом, в комплексе с лечебной физкультурой (ЛФК), медикаментозными, физиотерапевтическими,

хирургическими методами  
находит широкое применение  
в различных областях  
клинической медицины,  
санаторно-курортном лечении,



в системе медицинской реабилитации, в поликлиниках восстановительного лечения, в спорте, а также в гигиенических целях. Различают массаж лечебный, спортивный, гигиенический, косметический.

Самомассаж можно использовать в каждом из этих методов. В лечебно-профилактических учреждениях широко используется основной вид лечебного массажа (ЛМ) - классический массаж (КМ) и его разновидности. Массаж - один из видов специализированной помощи, широко используемый при лечении различных заболеваний, травм и их последствий.

# Происхождение слова "массаж"

Попытки филологов выяснить происхождение самого слова "массаж" говорит о весьма древнем существовании этого понятия. Так, одни авторы считают, что массаж - это французское слово "massage", образованное от глагола "masser" (растирать), который в свою очередь заимствован из арабского языка: "масс" – касаться, щупать. Другие полагают, что слово "массаж" произошло от санскритского "такш", третьи – от греческого "masso" (сжимать руками), четвертые – от латинского "massa" (пристающие к пальцам), пятые – от древнееврейского "машешь" (ощупывать). Все эти термины, каждый по-своему, до некоторой степени отражают сущность приемов массажа. Очевидно, первоначальное использование массажа представляло собой инстинктивное поглаживание, разминание и растирание ушибов, растяжение заживающих ран и других участков своего тела. Массажем пользовались многие племена и народности, населяющие нашу планету, в процессе религиозных ритуалов изгнания злых духов и священных омовений, умащивая и растирая тело различными маслами, составами.



# Противопоказания к проведению лечебного массажа

Перед проведением лечебного массажа нужно учитывать все противопоказания. Нужно учитывать, что противопоказания к проведению массажа иногда носят временный характер.

Поэтому после того, как закончатся все острые воспалительные и гнойные процессы, пройдет лихорадочное состояние, обострение заболеваний нервной вегетативной системы и т. д., можно приступать к лечению массажем.

## *Противопоказания:*

- острая сердечно-сосудистая недостаточность, например, инфаркт миокарда, снижение коронарного кровоснабжения, кровопотеря, отек легких;
- различные заболевания крови;
- острое воспаление, тромбоз, варикозное расширение вен с трофическими нарушениями;
- воспаление лимфоузлов и сосудов, болезненные, увеличенные лимфоузлы, спаянные с кожей;
- аневризмы сердца, аорты, сосудов;
- активная форма туберкулеза;
- кровотечения, связанные с язвенной болезнью, заболеваниями женской половой сферы и травмами;
- злокачественные и другие опухоли любой локализации до хирургического лечения. Без хирургического вмешательства при миомах допускается массаж рук, стоп, голеней и воротниковой зоны;
- наличие гипотонического или гипертонического криза;
- острая ишемия миокарда;
- острые респираторные заболевания (ОРЗ);

# Показания к применению лечебного массажа

Когда назначают врачи лечебный массаж? Начнем по порядку, с «центра» нашего организма – сердечно-сосудистой системы. Целью такого массажа является улучшение кровообращения, повышение тонуса сердечной мышцы, нормализация работы сердечно-сосудистой системы. Спектр применения такого массажа обширен: от пороков сердца, стенокардии, ишемической болезни до гипертонии и гипотонии.

При заболеваниях нервной системы лечебный массаж также применяется весьма широко: правда, здесь есть ряд противопоказаний и оговорок – например, при радикулитах и невралгии в острой степени проводить массаж нужно крайне осторожно. Массаж рекомендуют при атеросклерозах, инсультах, детском церебральном параличе, остеохондрозе, местных поражениях нервной системы.

Лечебный массаж – применяется при травмах и заболеваниях опорно-двигательного аппарата. С помощью массажа избавляются от солевых отложений, улучшают работу суставов, мышц и связок. Массаж оказывает и обезболивающее действие. Травмы, переломы, заболевания суставов и позвоночника – лечебный массаж с успехом справляется и с этими недугами.

# Классификация массажа

- **Общая форма массажа**
- **Частная форма массажа**
- **Классический массаж**
- **Рефлекторный массаж**
- **Соединительно-тканый лечебный массаж**
- **Точечный массаж**
- **Аппаратный лечебный массаж**



# Классификация массажа

При **общей форме массажа** проводится на всех частях тела, но особое внимание уделяется тем зонам, которые связаны с конкретным заболеванием. Проводить общий лечебный массаж лучше всего утром, после легкого завтрака, по усмотрению врача, но в большинстве случаев не каждый день. Время сеанса постепенно увеличивается – с 20-25 мин. до 50-60 мин.

При **частной форме массажа** массируются только отдельные части тела, например, рука, нога, спина, кисть, сустав и т. д. Частный массаж проводится по методике общего массажа, делается более тщательно, с применением на массируемом органе большого количества приемов. Все массажные движения, как и при любом массаже, выполняются по току лимфы – то есть, по направлению к ближайшим лимфоузлам. Эффективность местного массажа будет тем выше, чем раньше он был назначен и проведен, особенно, если вы сочетаете лечебный массаж с лечебными мазями, кремами или жидкостями. Еще лучше, если в процесс лечения входят физиопроцедуры или лечебная физкультура – до или после массажа. Сеанс местного массажа длится от 10 до 30 минут, в зависимости от заболевания, и проводится обычно каждый день.

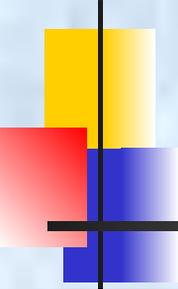
**Классический массаж** проводится либо на больном участке тела, либо рядом с ним – например, если мешает гипс или повязка. При его выполнении используются как стандартные массажные приемы, так и дополнительные средства массажа, механические или аппаратные. Классический лечебный массаж не учитывает рефлекторное воздействие на организм пациента, однако он может сочетаться с другими разновидностями массажа.

В основе **рефлекторного массажа** – лежат воздействия на рефлексогенные зоны, которые показывают сегментарные связи внутренних органов с определенными участками покровов тела. То есть, если у вас болит печень, лечить нужно весь организм – заболевание затрагивает соседние органы и ткани.

**Соединительно-тканый лечебный массаж**, как видно из названия, призван воздействовать на соединительные ткани. Его нередко назначают при заболеваниях внутренних органов.

При **точечном массаже** (акупрессуре) воздействуют на определенные биологически активные точки.

**Аппаратный лечебный массаж** включает в себя использование вибрационных, вакуумных, ультразвуковых, ионизирующих приборов.

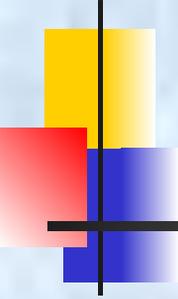


# Автор:

---

Петрунина Татьяна  
ученица 9 класса  
МОУ-СОШ  
с.Новосельское  
Аркадакского района  
Саратовской области

2009



# Библиографический СПИСОК

---

- <http://www.spinabezboli.ru/article27.htm>
- <http://www.osteo-center.ru>