

Теоретическое занятие по массажу

на тему:

«Общие основы массажа.

Влияние массажа на организм

человека»

# Цели занятия:

- рассказать о лечебном и профилактическом действии массажа на организм пациента;
- познакомить с историей развития массажа, видами массажа, основными приёмами классического массажа;
- дать представление о правилах работы массажиста;
- содействовать воспитанию таких качеств массажиста и медицинского работника как доброжелательность, тактичность, внимательность при работе с пациентом.




# План:

1. История массажа.
2. Влияние массажа на организм пациента.
3. Основные приёмы классического массажа.
4. Требования к массажисту и пациенту.
5. Показания и противопоказания к проведению процедуры массажа.
6. Виды массажа.

## 1. История массажа.

**Массаж** - это дозированное, механическое раздражение тела человека рукой массажиста или при помощи специальных аппаратов.

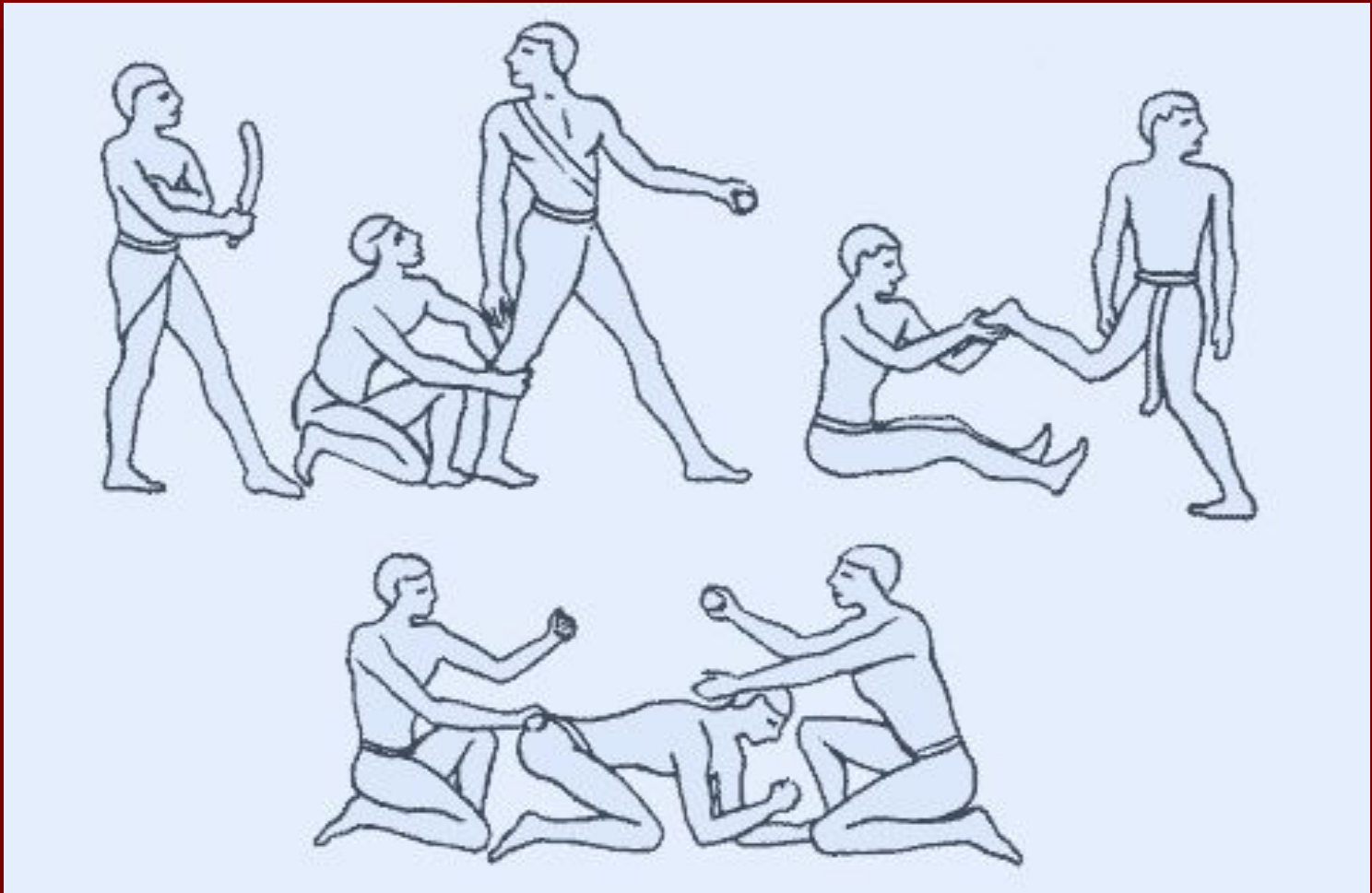
## Кожа является одним из самых крупных и важных органов.

-  если человека легонько взять за кисть руки, то у него замедлится ритм сердца и понизится кровяное давление,
-  у детей и подростков, с расстройствами психики, заметно уменьшается возбудимость, и происходят положительные сдвиги в восприятии окружающей действительности, если им ежедневно в течение короткого времени слегка растирать спину,
-  40 недоношенных детей были разделены на две равные группы. В одной группе детей ежедневно нежно поглаживали в течение 45 минут, а в другой - нет. Спустя 10 дней дети в первой группе весили на 47% больше, чем во второй, хотя и те, и другие получали одинаковое количество калорий.

# Происхождение слова «*массаж*»

- Одни авторы считали, что слово «**массаж**» произошло от санскритского корня «**makch**»,
- другие — от греческого слова «**masso**» (**сжимать руками**),
- третьи — от латинского «**massa**» (**пристающее к пальцам**),
- четвертые — от арабского «**mass**», или «**masch**» (**нежно надавливать**),
- пятые — от древнееврейского «**машешь**» (**ощупывать**).

# Массаж возник в глубокой древности



# Древний Египет

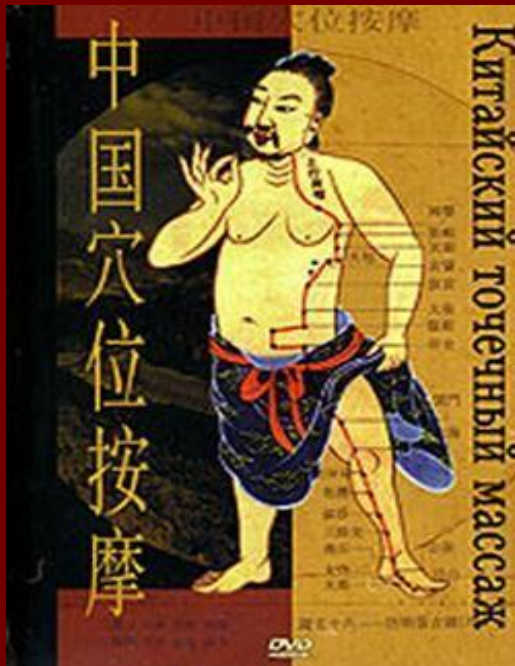




# Древняя Греция



# Древний Восток



# Основоположники отечественной школы массажа



Матвей  
Яковлевич  
Мудров



Иван  
Михайлович  
Саркизов - Серазини

# Действие массажа зависит от:

- вида массажа,
- длительности выполнения массажа,
- интенсивности массажа,
- характера массажных приёмов.

## Влияние массажа на нервную систему:

- повышает лабильность нервной системы и кожно - мышечной чувствительности,
- улучшает кровообращение,
- ускоряет регенерацию перерезанного нерва, усиливая рост аксонов,
- Замедляет образование рубцовой ткани и ускоряет рассасывание продуктов распада,
- уменьшает болевую чувствительность,
- улучшает возбудимость нервов и проводимость нервных импульсов по нерву

## Влияние массажа на кожу:

- повышает лабильность нервной системы и кожно - мышечной чувствительности
- улучшается секреторная функция сальных и потовых желез
- очищаются от посторонних частиц и секрета выводные отверстия желез
- благодаря усиленной деятельности потовых желез, обеспечивается выведение из организма конечных продуктов обмена веществ
- улучшается лимфообращение, кровообращение
- устраняется венозный застой, улучшается питание
- повышается местная температура, это способствует ускорению обменных процессов и ферментативных процессов
- улучшается сопротивляемость неблагоприятным температурным и механическим воздействиям
- повышается тонус кожи

## Влияние массажа на органы дыхания:

- улучшает дыхательная функция
- снимает утомление дыхательной мускулатуры
- улучшает отхождение мокрот



## Влияние массажа на кровеносную и лимфатическую систему:

- ускоряет ток всех жидких сред организма (крови, лимфы, межтканевой жидкости)
- АД незначительно изменяется (повышается или понижается)
- увеличивается количество тромбоцитов, лейкоцитов, эритроцитов, гемоглобина.

## Влияние массажа на мышечную систему:

- улучшается кровообращение и окислительно-восстановительные процессы
- ускоряется доставка кислорода к мышцам
- ускоряет удаление продуктов обмена
- повышает чувствительность мышечных волокон
- повышает лабильность, сократимость, эластичность, возбудимость восстановление работоспособности.

## Влияние массажа на обмен веществ и функцию выделения:

- массаж не вызывает увеличение молочной кислоты в мышцах
- не нарушается кислотно-щелочное равновесие
- создаются благоприятные условия для течения окислительно-восстановительных процессов
- массаж способствует выделению воды из мышц.

# Влияние массажа на функциональное состояние организма:

- тонизирующее - усиливаются процессы возбуждения в Ц.Н.С.; повышает функциональную активность головного мозга
- успокаивающее - связано с умеренным, ритмичным, продолжительным раздражением, снижается возбудимость Н.С. ;
- трофическое - проявляется в улучшении процессов клеточного питания
- энерготропное - выражается в функциональных изменениях, вызывающих повышение работоспособности нервно-мышечного аппарата
- нормализация функций - нормализующее влияние массажа на динамику нервных процессов в коре больших полушарий. При нарушении функций внутренних органов импульсы могут оказывать нормализующее действие, улучшая координационные взаимоотношения между корой головного мозга и подкоркой.

### 3. ОСНОВНЫЕ ПРИЁМЫ КЛАССИЧЕСКОГО МАССАЖА.

Последовательность массажных приёмов и распределение времени на них в процентах:

1 .поглаживания

2.выжимания 20%

поглаживания

3.растирания 15%

поглаживания

4.разминания 60%

поглаживания

5.ударные приёмы и вибрация 5%

поглаживания

6. активно- пассивные движения