

ФГБОУ ВО Тверской ГМУ МЗ РФ

# МАССАЖ ДЛЯ НОВОРОЖДЕННЫХ

Выполнила студентка 105 группы педиатрического факультета Сафаева  
Александра

# СОДЕРЖАНИЕ

- Введение
- Основная часть
  1. Основные требования
  2. Массаж лица
  3. Массаж живота
  4. Массаж спины
- Заключение
- Список литературы

# ОСНОВНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ

Тело грудничков очень хрупкое, а кожа нежная. Поэтому любые массажные движения должны быть аккуратными, поглаживающими. Стоит на время забыть об интенсивных растираниях, разминаниях или сильных похлопываниях. Двигаться лучше всего по ходу движения лимфы: от кончиков пальцев ног в сторону ягодиц и от ладоней к плечам.

**Важно помнить, что малышам до 3 месяцев не стоит массировать внутреннюю часть бедер, подмышки, места под коленками и в локтевых сгибах. Старайтесь также избегать взаимодействия с областью родничка, эта зона сейчас очень нежна и чувствительна. Перед началом процедуры убедитесь, что ваши руки достаточно теплые. Разогреть их можно легко: достаточно интенсивно потереть одну руку об другую в течение 5-7 секунд.**

Кожа новорождённых очень тонкая, концентрация липидов (жироподобных веществ) на ее поверхности ниже, чем у взрослых людей. Поэтому у грудничков часто появляются трещинки и покраснения. Практикуя массаж для новорождённых, вы можете использовать специальное масло, которое устранил сухость кожи и снимет раздражение. Но нужно быть особенно внимательным к составу продукта, чтобы не вызвать у малыша нежелательную аллергию.



# МАССАЖ ЛИЦА

- Мышцы лица малыша во время плача или кормления часто испытывают сильное напряжение. Чтобы их расслабить и мягко подготовить к процессу говорения, можно регулярно делать легкий массаж. Все движения при этом очень нежные, кончиками пальцев. Аккуратными пощипывающими движениями улучшается кровообращение в зоне щёчек. Их также можно погладить: от зоны крыльев носа в сторону ушей.
- Лоб массируется от переносицы к вискам, через зону бровей.
- Нежным движением пальцев мама помогает малышу улыбнуться, растягивая уголки губ в разные стороны. Для расслабления челюсти можно использовать и другое движение: разместите свой палец в подбородочной ямке и аккуратно оттяните нижнюю губу.
- Нежный массаж ушек — ещё один полезный прием. Он активирует множество биологически активных точек, расположенных по всей поверхности раковины. Кроме того это упражнение доставляет малышу массу.



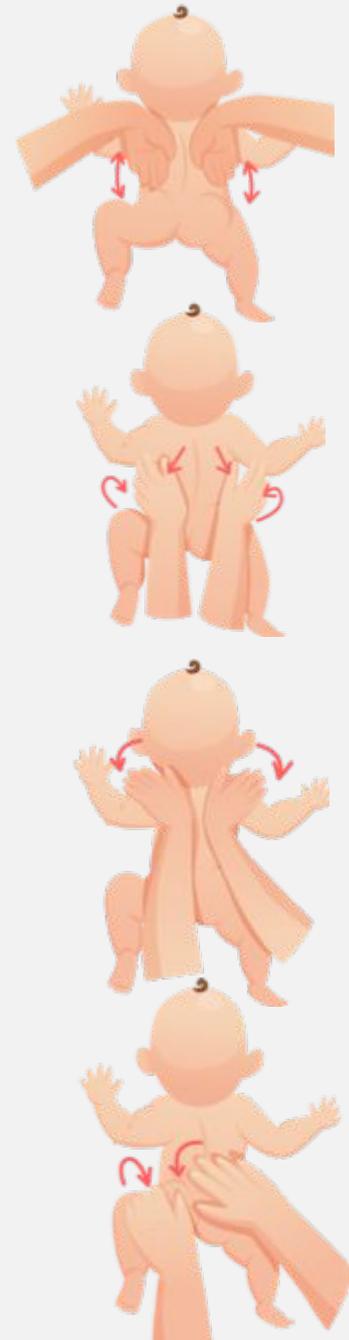
# МАССАЖ ЖИВОТА

- Этот вид массажа помогает улучшить работу пищеварительной системы ребенка, избавить его от колик. Малыша нужно аккуратно положить на спинку, свои руки опустить на животик, избегая сильного надавливания. Если держать в таком положении руки в течение нескольких минут, ребенок постепенно успокаивается, мышцы его брюшной полости расслабляются.
- После этого рекомендуется начать движение по часовой стрелке, нежно очерчивая круг. Постарайтесь избегать прикосновений к половым органам и зоне правого подреберья.
- Если вы хотите улучшить отхождение газов у малыша, попробуйте во время массажа живота согнуть ножки ребенка.



# МАССАЖ СПИНЫ

- Для работы со спиной аккуратно положите ребенка на животик. Сначала сделайте несколько легких поглаживающих движений по всей поверхности вдоль позвоночника от плеч к попе малыша и обратно.
- Затем такие же движения можно повторить по направлению от позвоночника к бокам и переходим к растиранию. Ладони кладем по обе стороны позвоночника. Начинаем выполнять круговое растирание спины, перемещаясь сверху вниз и обратно.
- После перейти на плечи, совершая движения с права на лево.
- На спине допустимо делать мягкие похлопывания и пощипывания, постоянно контролируя интенсивность движений.



## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

- Какой бы вид массажа вы ни делали, важно совершать каждое действие с любовью, избегая механических повторений. Взаимодействуя с новорожденными, нужно быть особенно внимательными к реакциям малыша, его состоянию до процедуры и после сеанса. Если у вас возникнут какие-то трудности или сомнения, лучше всего проконсультироваться со своим лечащим врачом или специалистом по детскому массажу.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

- Исаева Е. Л. Детский массаж. Поэтапное руководство: автореф. дис. 115 с.
- Массаж для новорожденных в домашних условиях Оригинал статьи: <https://msbaby.ru/dlya-mam/massazh-dlya-novorozhdyennykh/> // Массаж для новорожденных в домашних условиях Оригинал статьи: [https://msbaby.ru/dlya-mam/massazh-dlya-novorozhdyennykh/oe solnyshko](https://msbaby.ru/dlya-mam/massazh-dlya-novorozhdyennykh/oe-solnyshko)  
URL: <https://msbaby.ru/dlya-mam/massazh-dlya-novorozhdyennykh/>