

е государственное бюджетное учреждение дополнительного
образования
«Многообразия специалистов медицинского профиля»

Массаж при пояснично- ом радикулите

Массаж УСО»

Автор: Мороз Л.И.

Февраль 2017г.



Радикаулит

Радикаулит – это поражение корешков спинномозговых нервов, характеризующееся болью, нарушением чувствительности, иногда двигательными нарушениями.





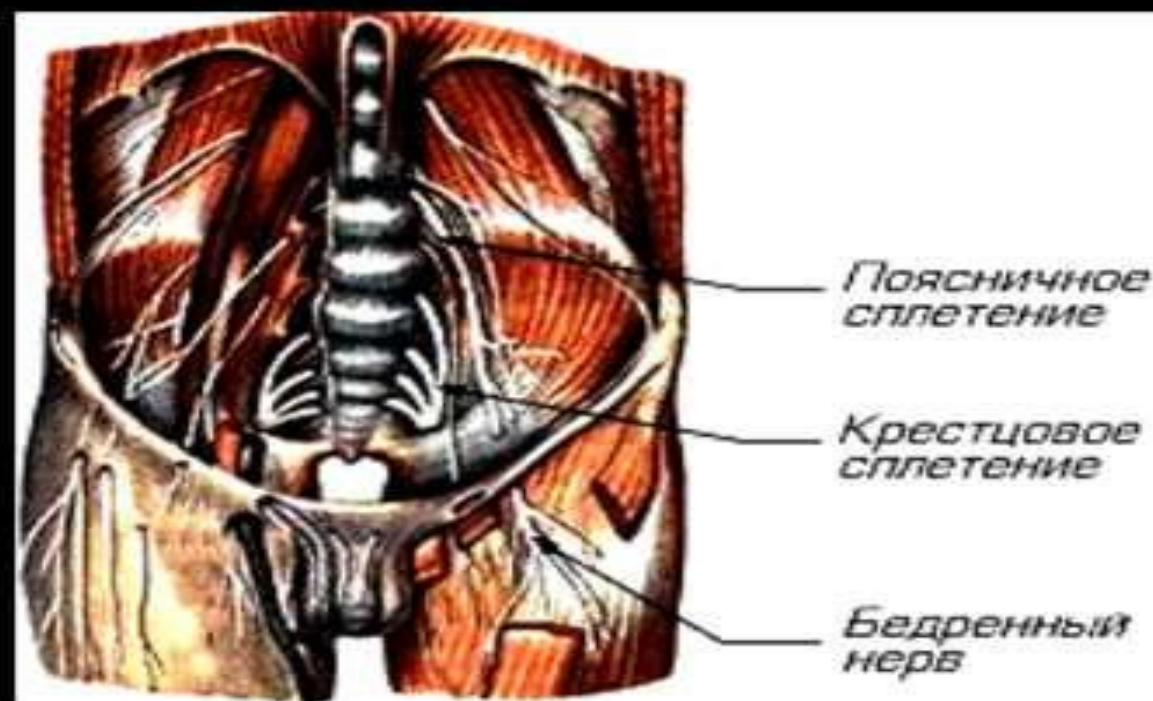
L1
L2
L3
L4
L5

Поясничный отдел



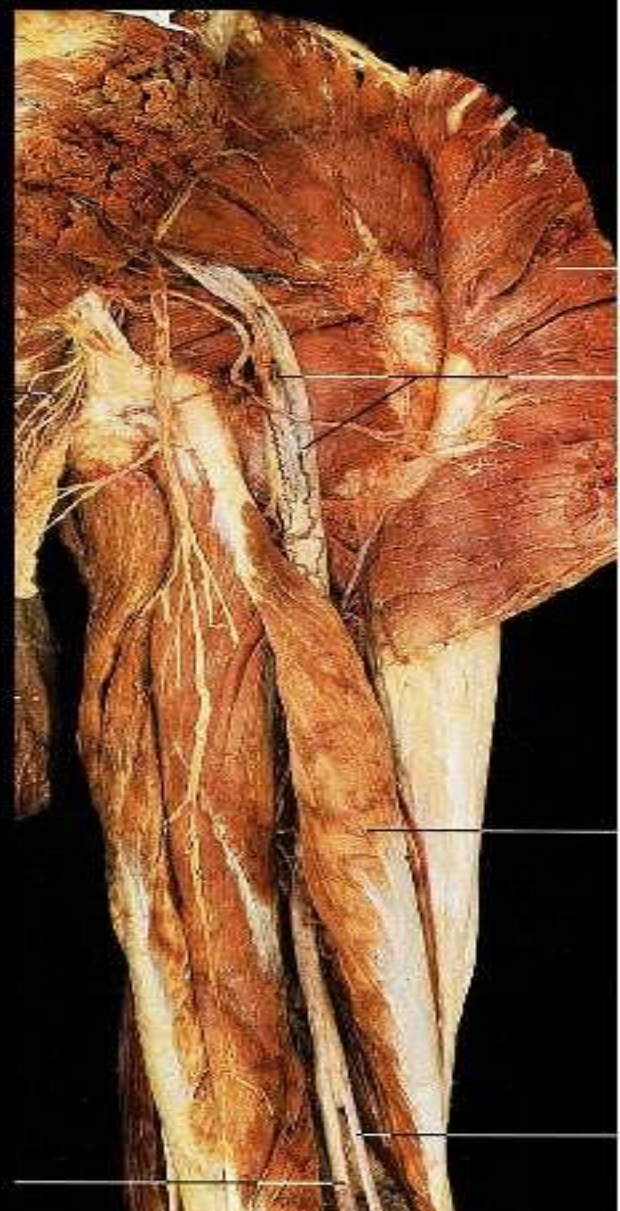
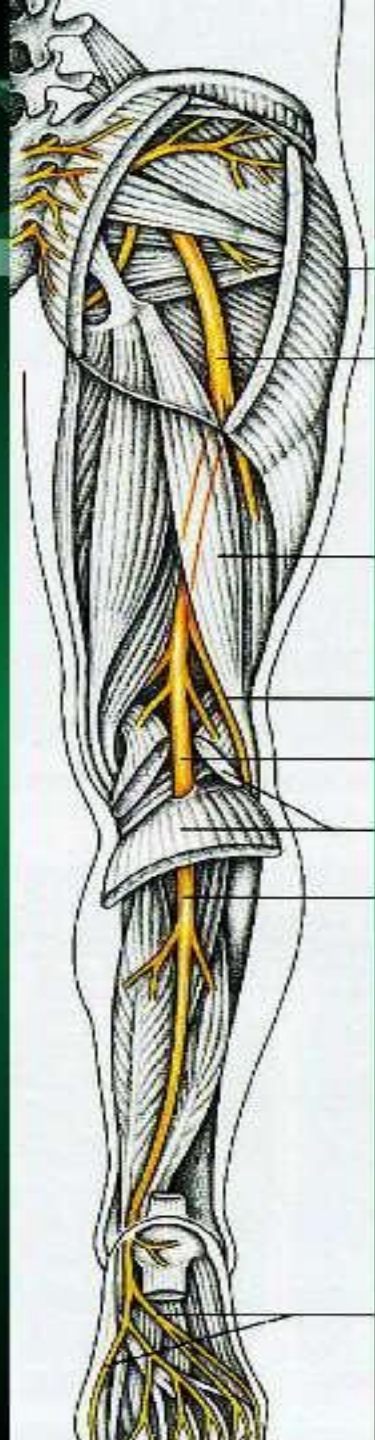
Поясничное сплетение (*plexus lumbales*)

- Образовано передними ветвями 12 грудного, 1-4 поясничных СМН



Крестцовое сплетение (*plexus sacrales*)

- ✔ Образовано передними ветвями 4,5 поясничного, 1 копчикового СМН
- ✔ Пучки
 - короткие,
 - длинные.



Крестцовое сплетение

Короткие нервы

Нервы

Вид

Область иннервации

Внутренний запирательный нерв

Д

Мышцы: грушевидная, внутренняя запирательная, верхняя и нижняя близнецовые, квадратная бедра

Грушевидный нерв

Д

Нерв квадратной мышцы бедра

Д

Верхний ягодичный нерв

Д

Мышцы: средняя и малая ягодичные, напрягающая широкую фасцию бедра

Нижний ягодичный нерв

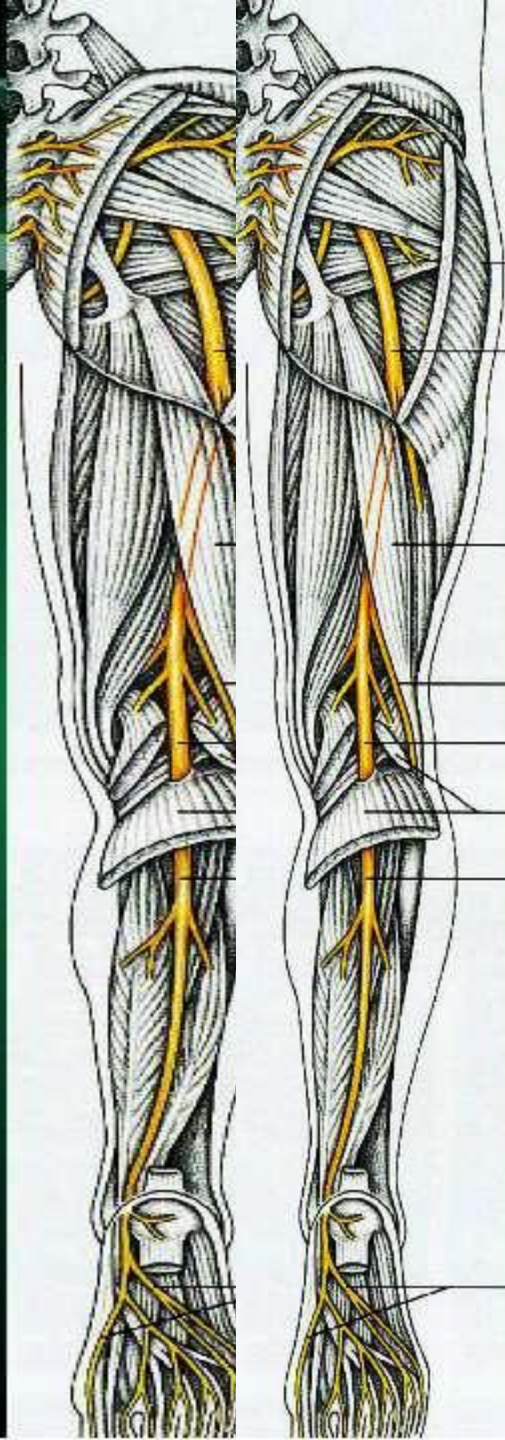
Д

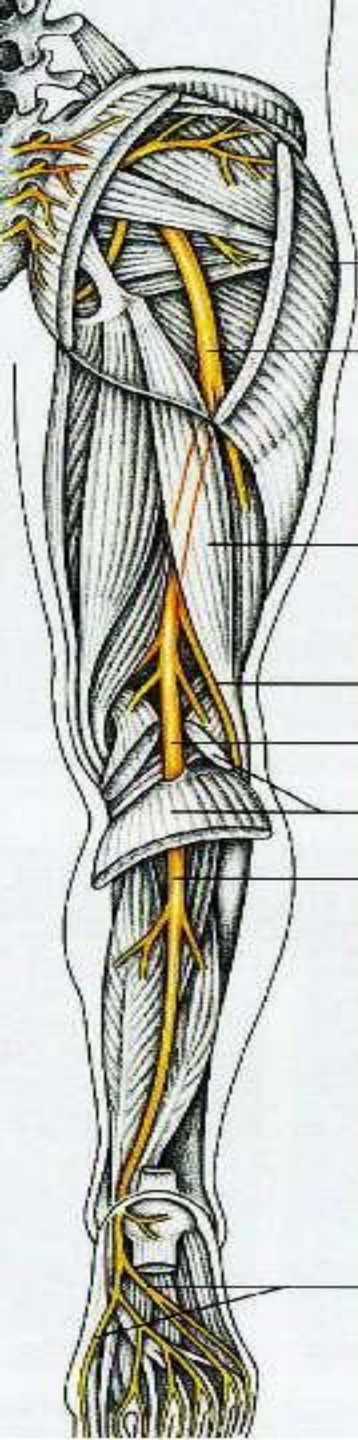
Большая ягодичная мышца, капсула тазобедренного сустава

Половой нерв

С

Мышцы промежности, сфинктер мочеиспускательного канала. Кожа промежности в окружности заднего прохода, задняя поверхность мошонки (больших половых губ), спинки и головки полового члена





Крестцовое сплетение

Длинные нервы

Нервы	Вид	Область иннервации
Задний кожный нерв бедра	Ч	Кожа ягодичной области, промежности, задней поверхности бедра, включая подколенную ямку
Седлищный нерв	С	Мышцы: полусухожильная, полуперепончатая, двуглавая бедра, задняя часть большой приводящей.

Копчиковое сплетение

Копчиковое сплетение находится на передней стороне копчиковой мышцы и на крестцово-копчиковой связке. Отходящие от копчикового сплетения *заднепоходно-копчиковые* иннервируют кожу в области копчика и заднепроходного отверстия. *Мышечные ветви* этого сплетения иннервируют копчиковую мышцу и заднюю часть мышцы, поднимающей задний проход.

По мере сдавления

**2. Появляется:- либо
уплощение поясничного
лордоза**

-либо

**увеличение поясничного
лордоза**

-либо сколиоз

- нестабильность

-ограничение

подвижности

-ослабление

МЫШЦЫ



Боль от пояснично-крестцового радикулита распространяется от ягодиц вниз по ноге, и может доходить до ступней и пальцев ног

Локализация наиболее часто встречающихся триггерных точек

МТС m.erector spinae:

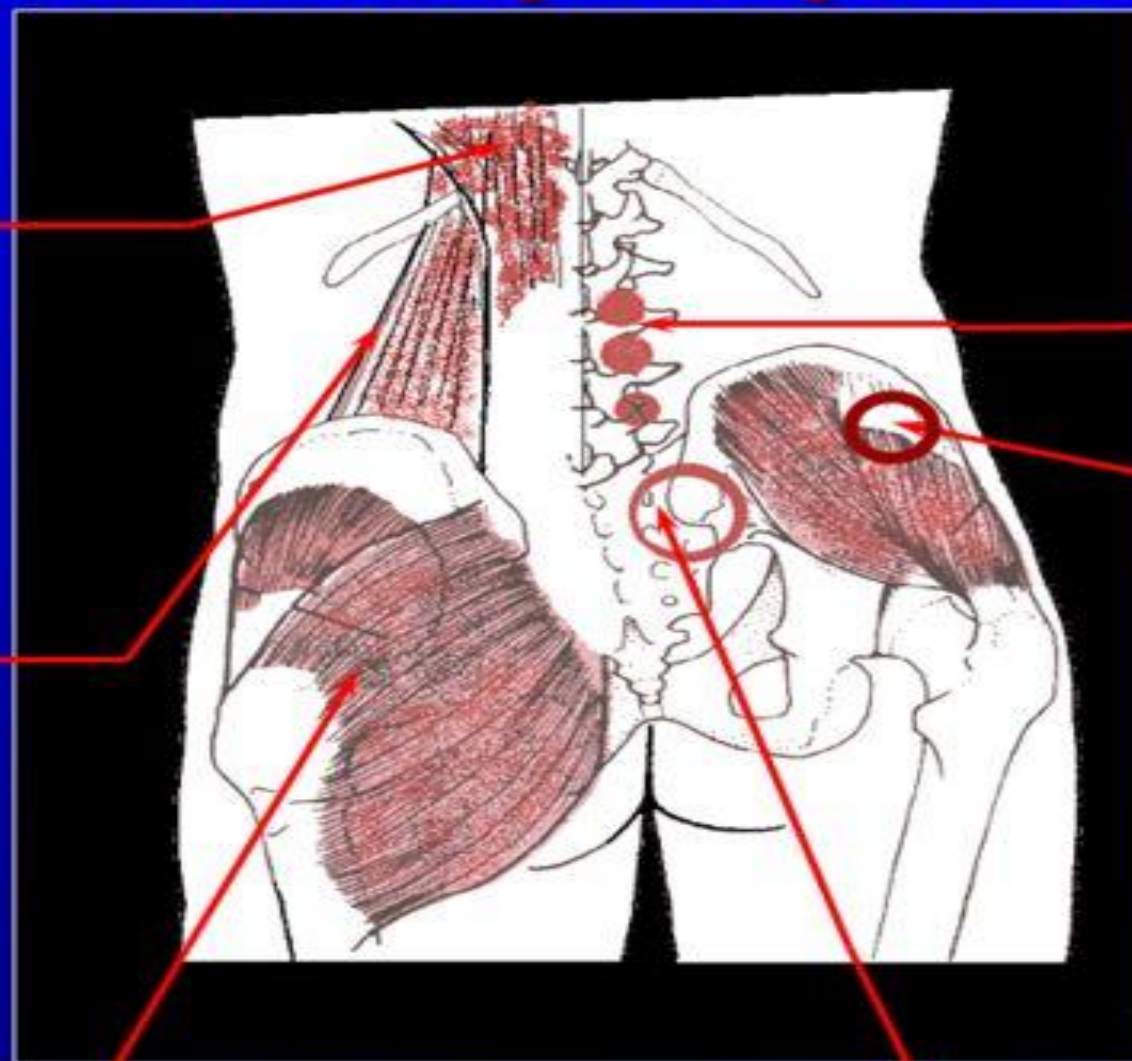
Межкостистая связка

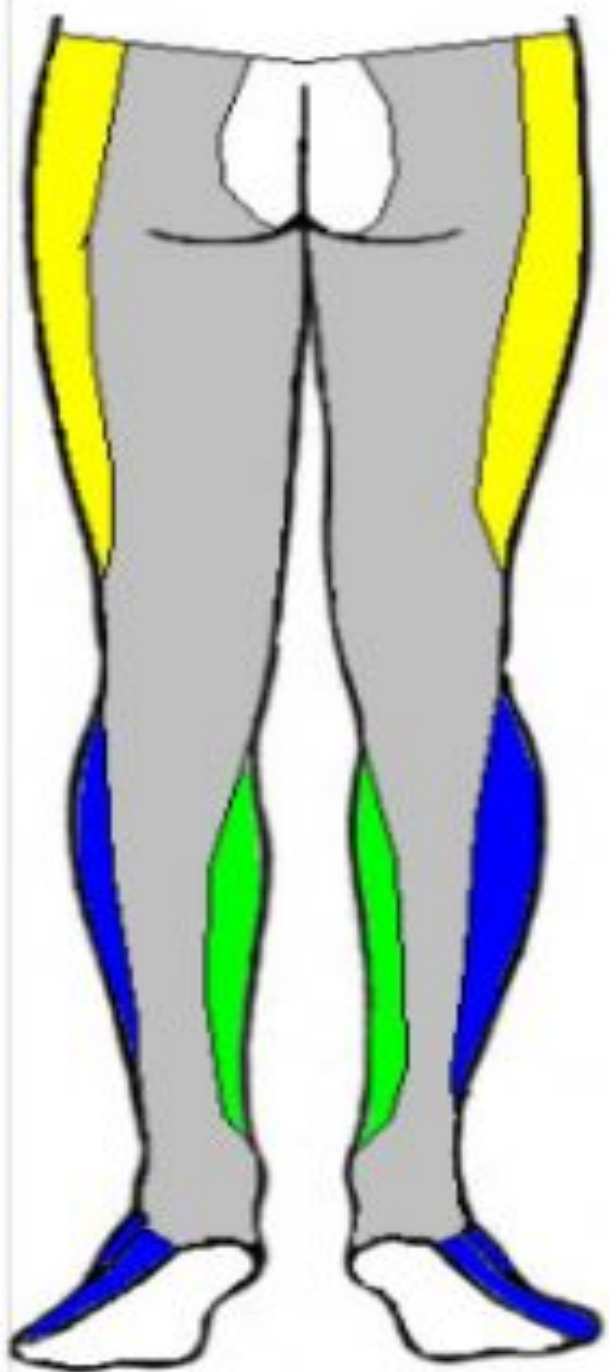
МТС m. gluteus med.:

МТС m. quadratus
lumborum:

дисфункция
крестцово-
подвздошных
сочленений

МТС m. gluteus max.:





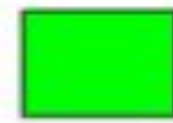
L1-L2



L2-L3



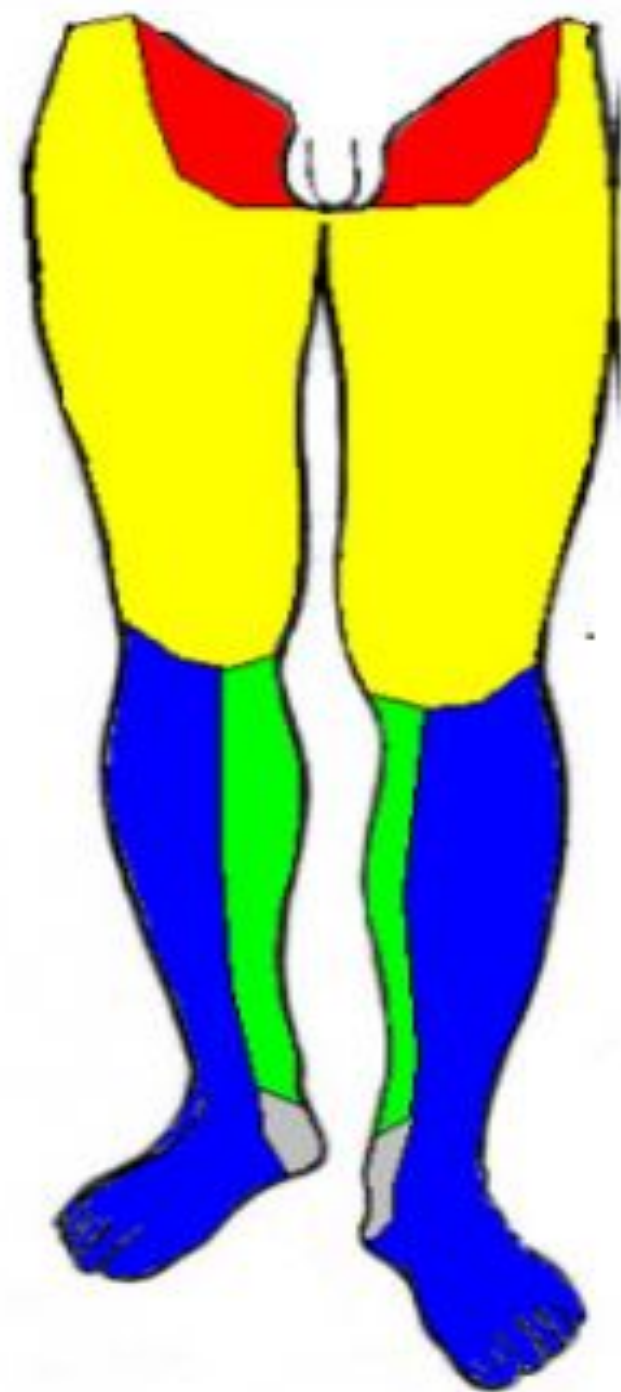
L3-L4



L4-L5



L5-S1



В остром периоде

Необходимы покой и создание приспособительных поз

Т.К. ОНИ:

- улучшают анатомические соотношения
- устраняют контрактуры
- уменьшают напряжение корешков

ПОЗЫ:

- НА СПИНЕ
- НА ВАЛИКЕ НА БОКУ
- НА ЧЕТВЕРЕНЬКАХ
- НА КЛЕНЯХ

Задачи массажа

1. УЛУЧШИТЬ КРОВООБРАЩЕНИЕ

2. УМЕНЬШИТЬ БОЛИ

3. УЛУЧШИТЬ ТРОФИКУ

При скованности в поясничной области

Точечный массаж проводится по тормозному методу в одной точке

ХУАНЬ-ТЯО (VB 30)

При лечении на процедуру брать 6- 8 точек.

Лечение проводить ежедневно при острых болях, а при хронических-лучше через день.

1-ЫЙ СЕАНС

ЦИ-ХАЙ-ШУ (V 24)-1 бок. л. Между L 3-L 4

ДА-ЧАН-ШУ (V 25)-1 бок.л. между L 4-L 5

КУНЬ-ЛУНЬ (V 60)-Между нар.лодыжкой и ахилловым

сухожилием.

Все точки проводить симметрично, а затем ХУАНЬ-ТЯО только на больной стороне и до появления ощущения расширения, электрического тока.



2-ОЙ СЕАНС

ЖЕЛАТЕЛЬНО В УТРЕННИЕ ЧАСЫ

Массировать симметрично

ЯН-ЛИН-ЦУАНЬ (VB 34)

КУНЬ_ЛУНЬ (V 60)

НЕЙ-ГУАНЬ (MC 6)

ЦИ-ХАЙ-ШУ (V 24) 1ая бок.л. Между (L 3-L 4)

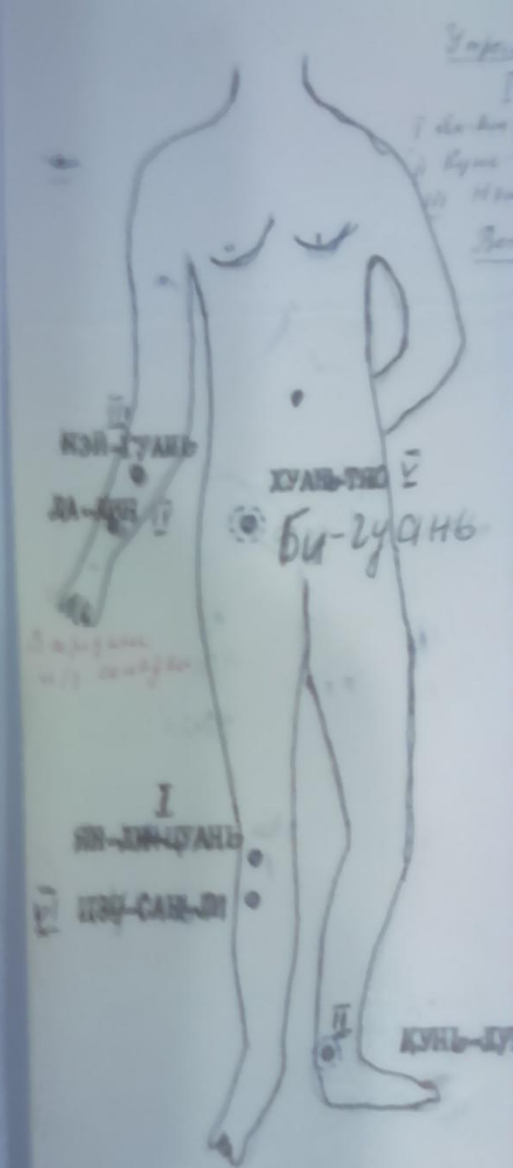
ДА-ЧАН-ШУ (V 25) 1ая бок. л. Между (L 4-L 5)

ДА-ЛИН (MC 7)

Если процедура проводится вечером, то добавляют:

ХУАНЬ-ТЯО (V 60)

ЦЗУ САНЬ ПИ (E 36) ниже верхнего края



3-ИЙ СЕАНС

НАЧИНАТЬ С

МИН-МЭНЬ (VG 4) Между L 2-L 3

ЗАТЕМ СИММЕТРИЧНО

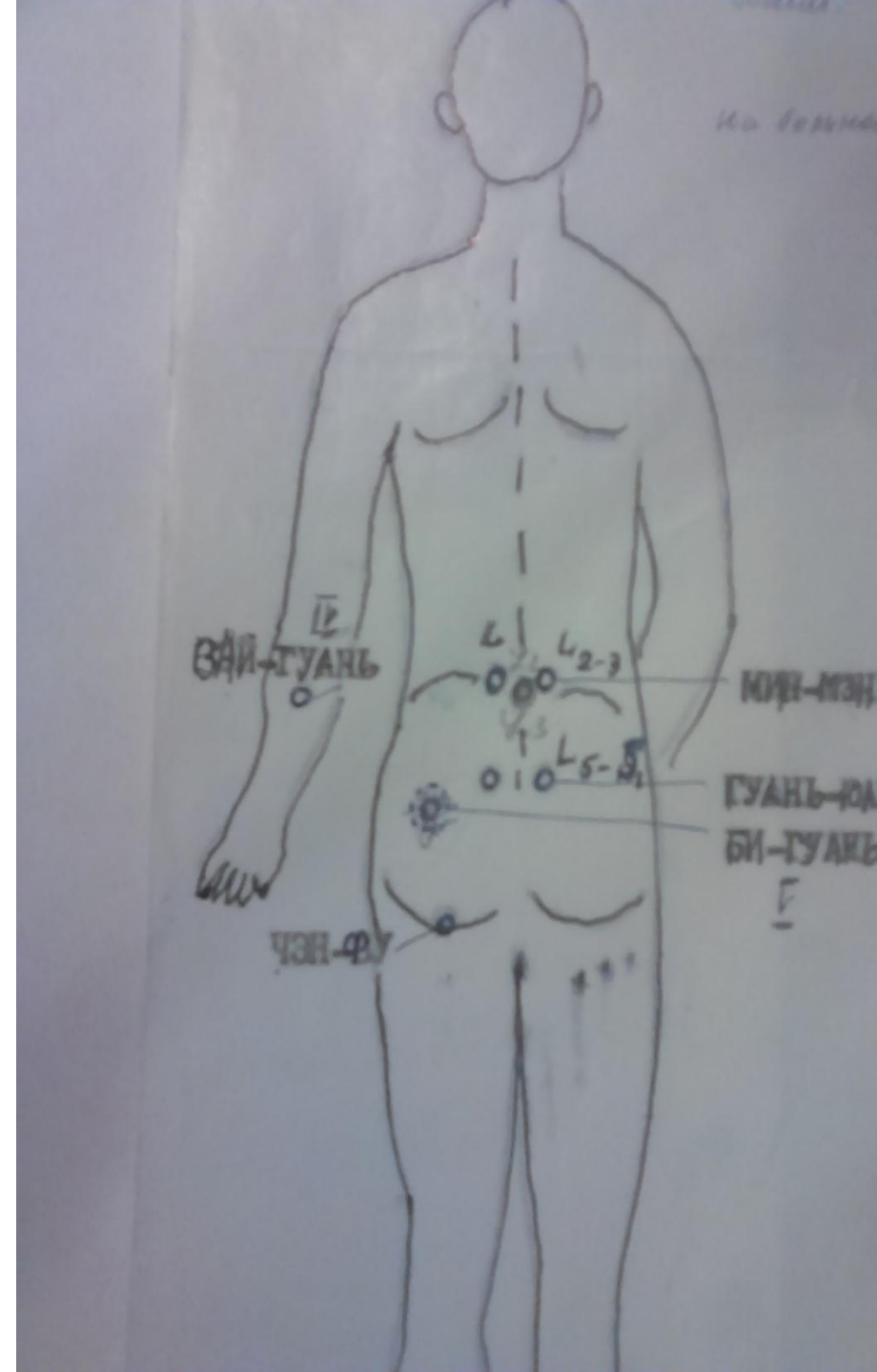
ГУАНЬ-ЮАНЬ-ШУ (V 26) 1 ая бок л. Между L 5- S 1)

**ВАЙ-ГУАНЬ (TR 6)-Выше кладки л/з суст.
На 2 ц.**

**БИ-ГУАНЬ (E 31)-Выше верхнего края
надколенника на 12 ц.**

ТОЛЬКО НА БОЛЬНОЙ СТОРОНЕ

ЧЭН-ФУ (V 36)



4-ЫЙ СЕАНС

НАЧИНАТЬ СИММЕТРИЧНО:

ДА-ЧАН-ШУ (V 25) 1ая.бок.л. (L

5)

ГУАНЬ-ЮАНЬ-ШУ (V26) 1ая
бок.л.

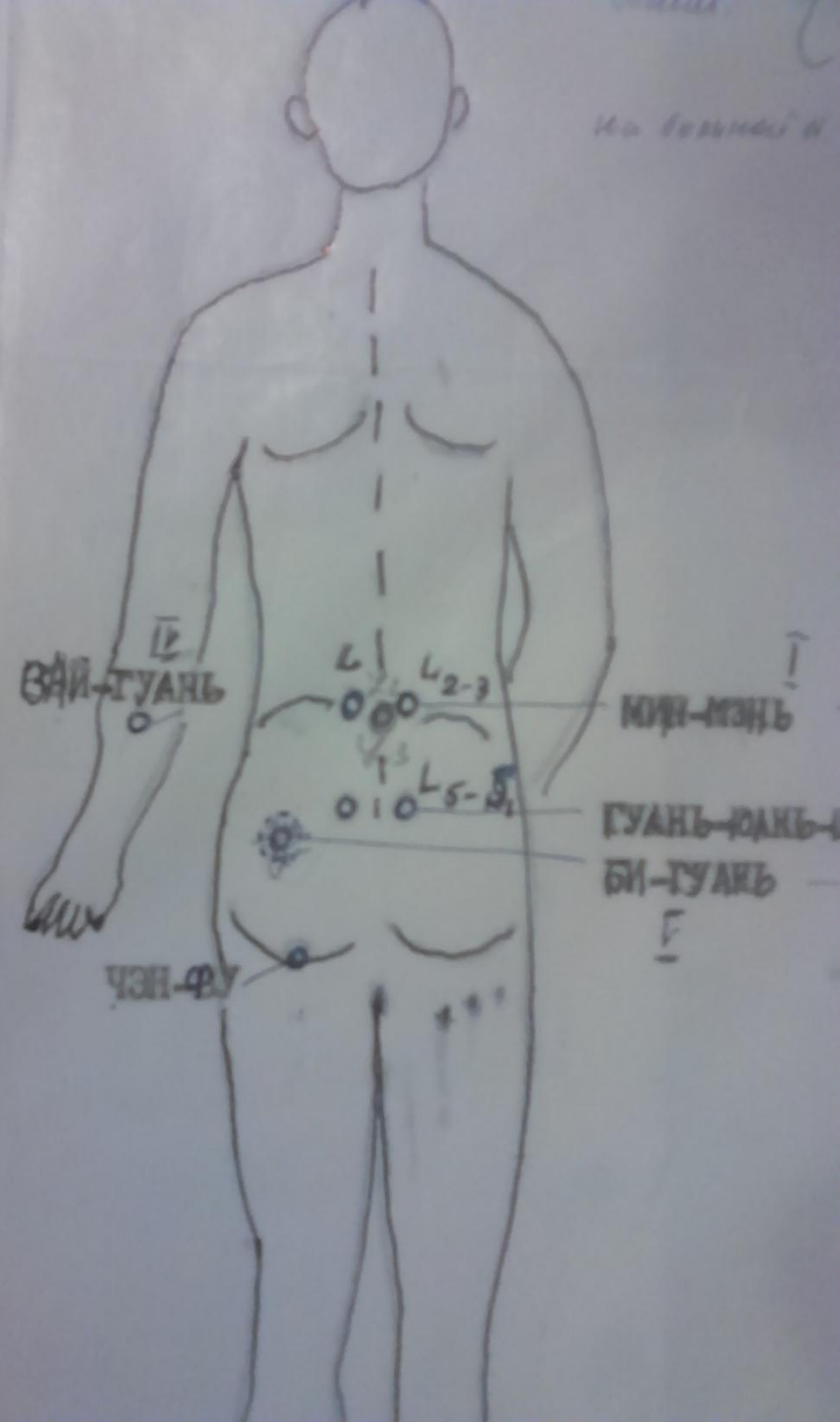
между (L 5-S 1)

ТОЛЬКО С БОЛЬНОЙ СТОРОНЫ:

КУНЬ-ЛУНЬ (V 60)

На курс 10 сеансов.

Желательно проводить 2



Линейный массаж

1-ый этап.

1-ыми пальцами идут от подъягодичных складок и, описывая дугу, заканчивают у верхнего края межъягодичной складки

Выполняют 15 пассажей.

2-ой этап.

1-ыми пальцами массируют снизу вверх вдоль позвоночника крестцовую и поясничную области до D 12.

Выполняют 15 пассажей.

3-ий этап.

Массаж ЦЗЮЕ-ИНЬ-ШУ (v 14).

На поясничной области массируются 3 полукруговых пояса:

-Верхний-вдоль 12 ребра

-Нижний-на уровне гребня подвздошной кости.

-Средний-на середине между 1-ым и 2-ым полукругом.

Оба пальца одновременно перемещаются от позвоночника к бокам.

По 10 пассажей по каждому полукругу.

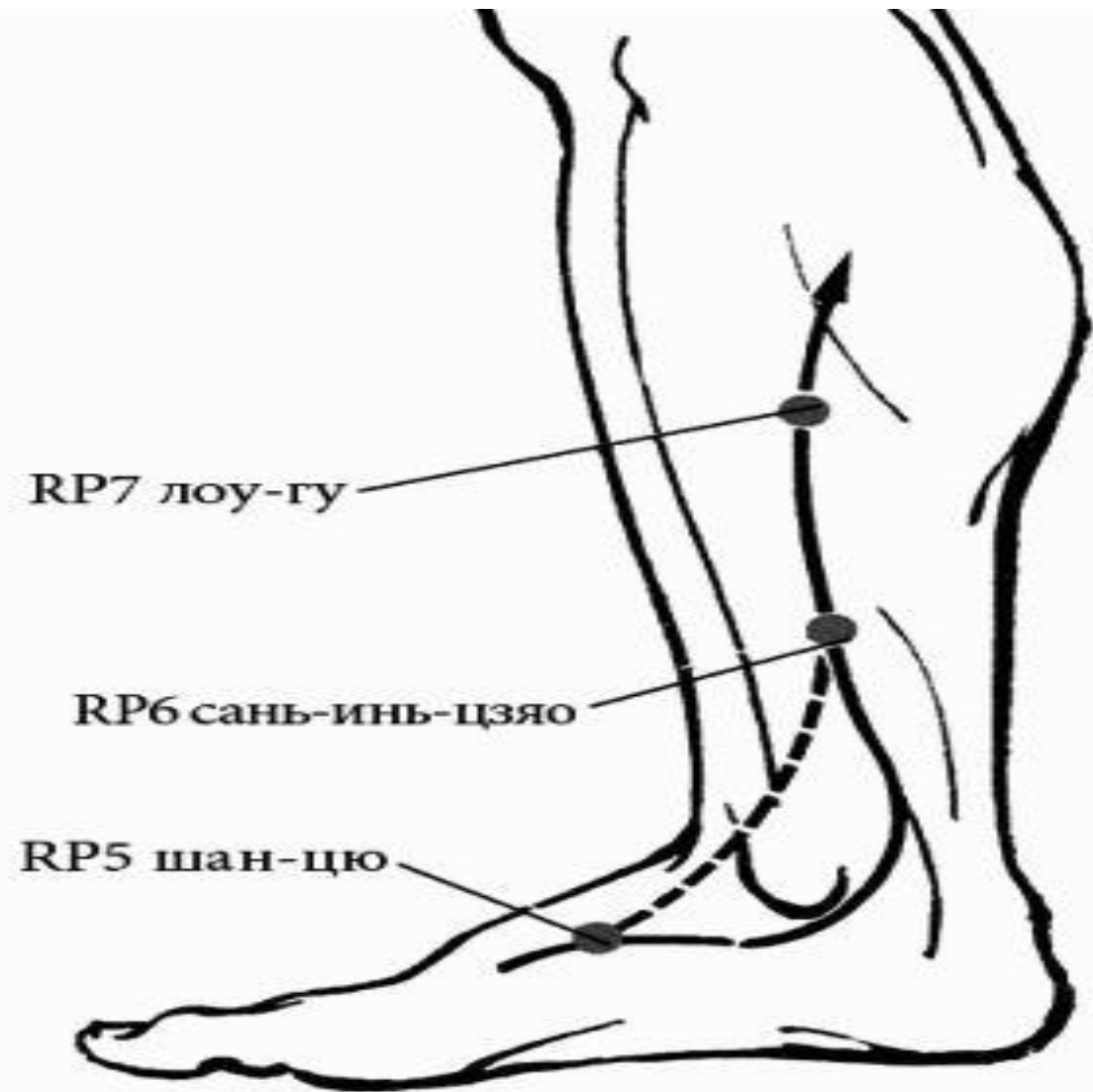
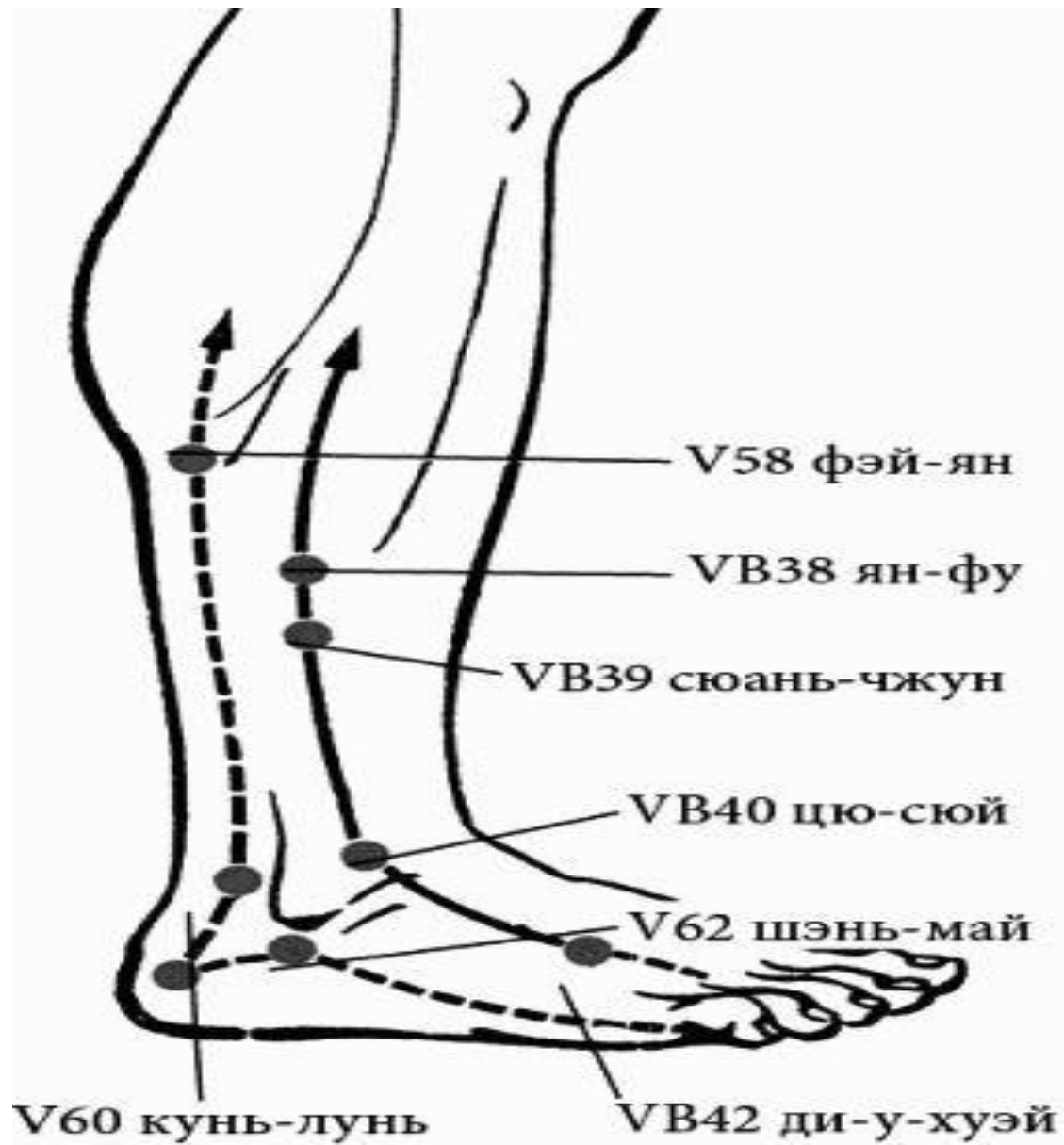


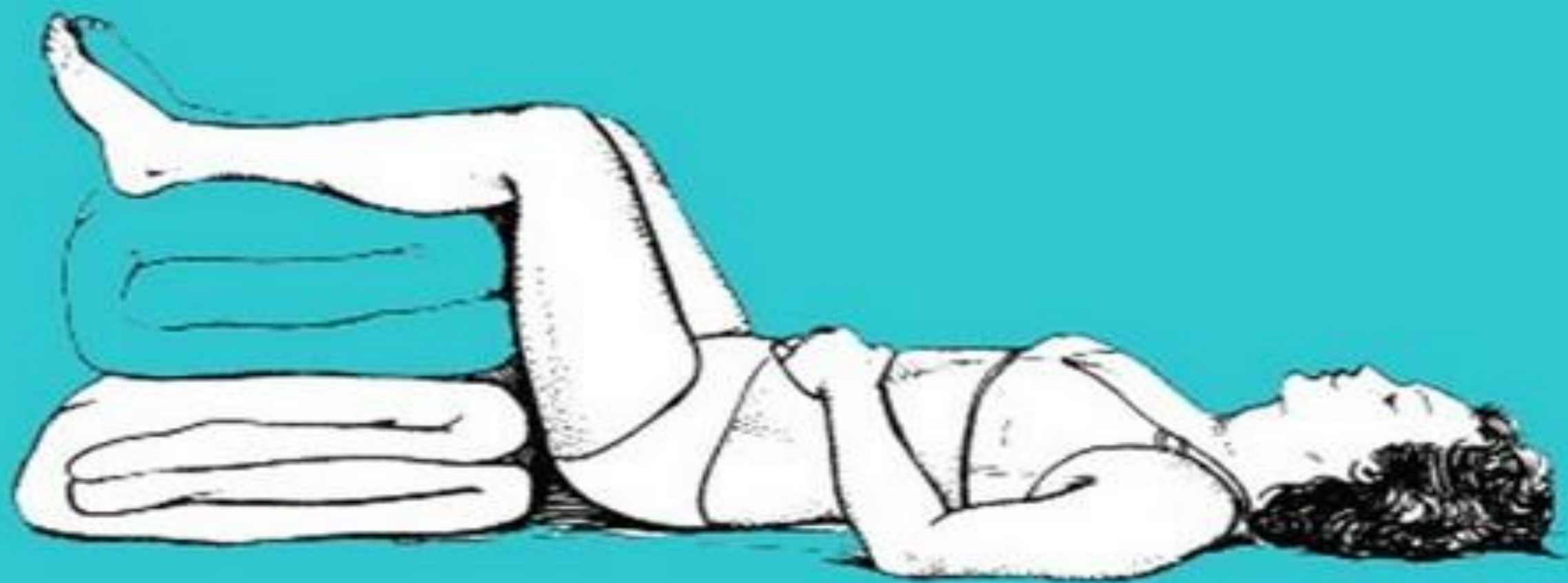
Ягодичная область

Крестцовая область

Рис. 20. Точки для надавливания в области поясничных позвонков, крестца и ягодиц

При болях в нижних конечностях





Рекомендуемая поза при «простреле».

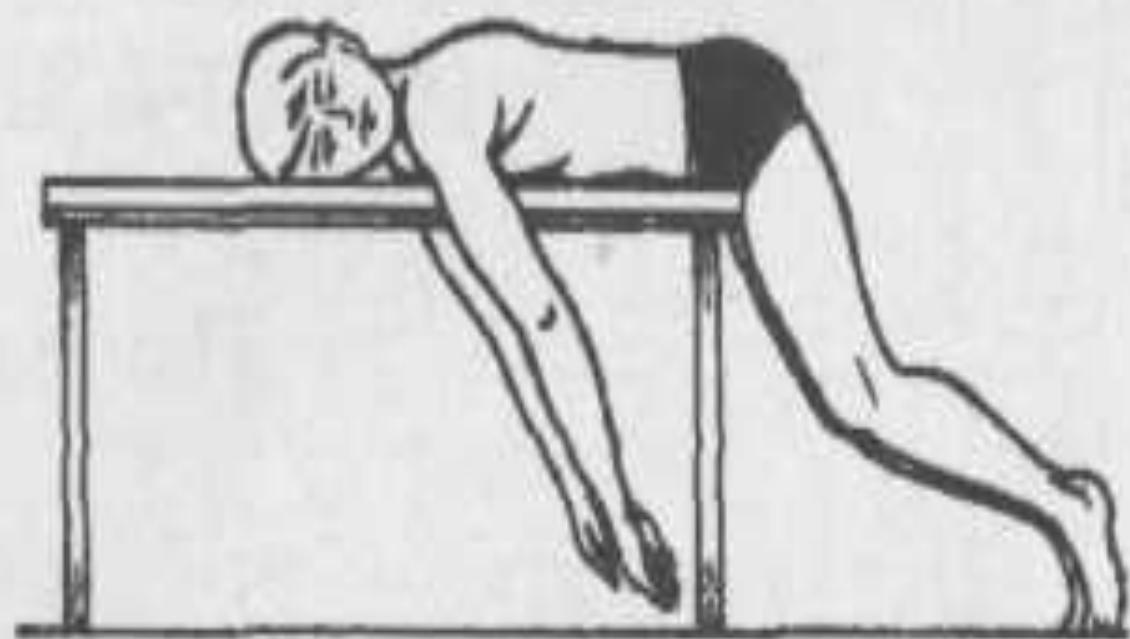
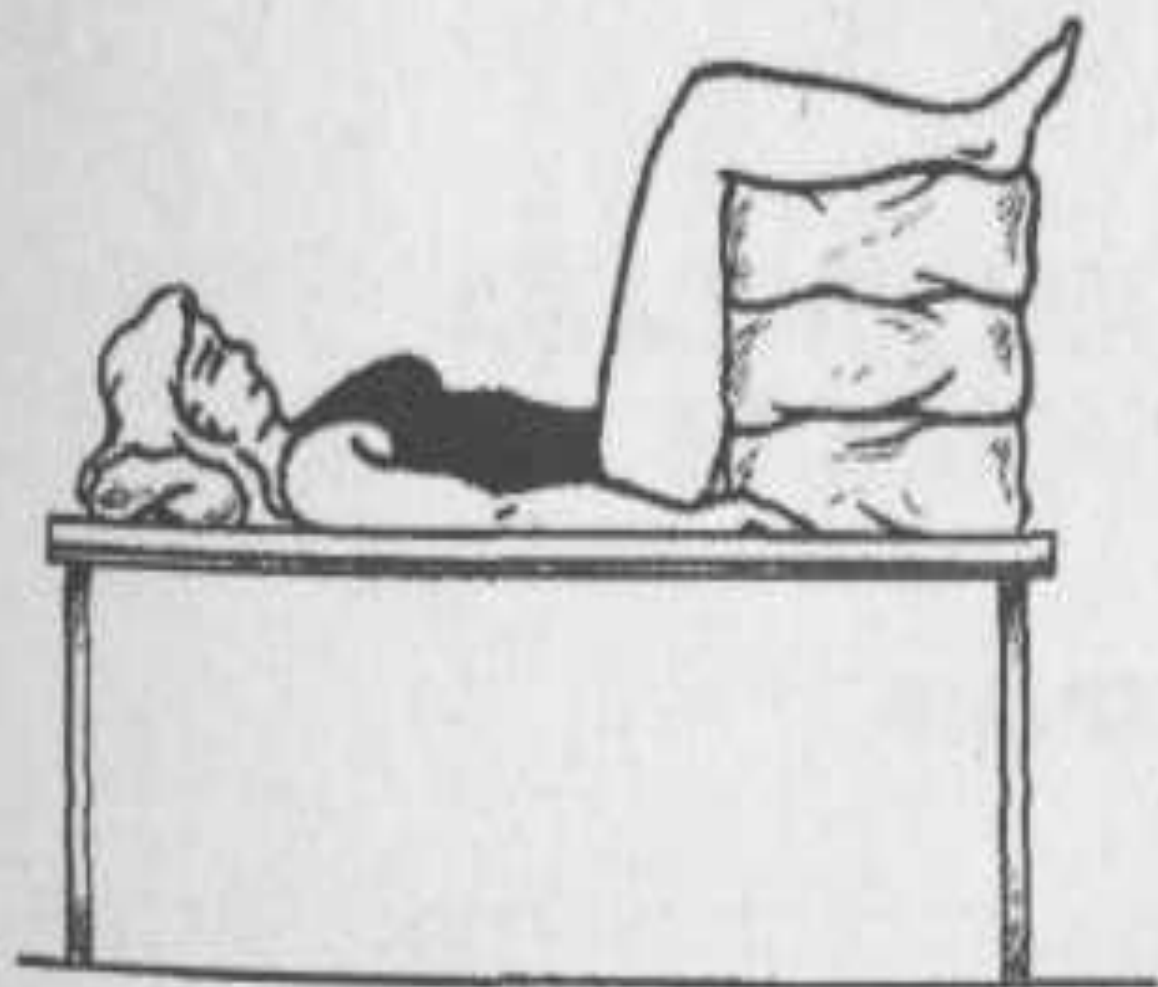


Рис. 10. Положение больного при болевом синдроме позвоночника и при проведении массажа при люмбагии, остеохондрозе, дискогенном пояснично-крестцовом радикулите

