

е государственное бюджетное учреждение дополнительного  
образования  
«...ного образования специалистов медицинского профиля»

# й массаж при пояснично- ом радикулите

ассаж УСО»

затель: Мороз Л.И.

Февраль 2017г.



# Радикаулит

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





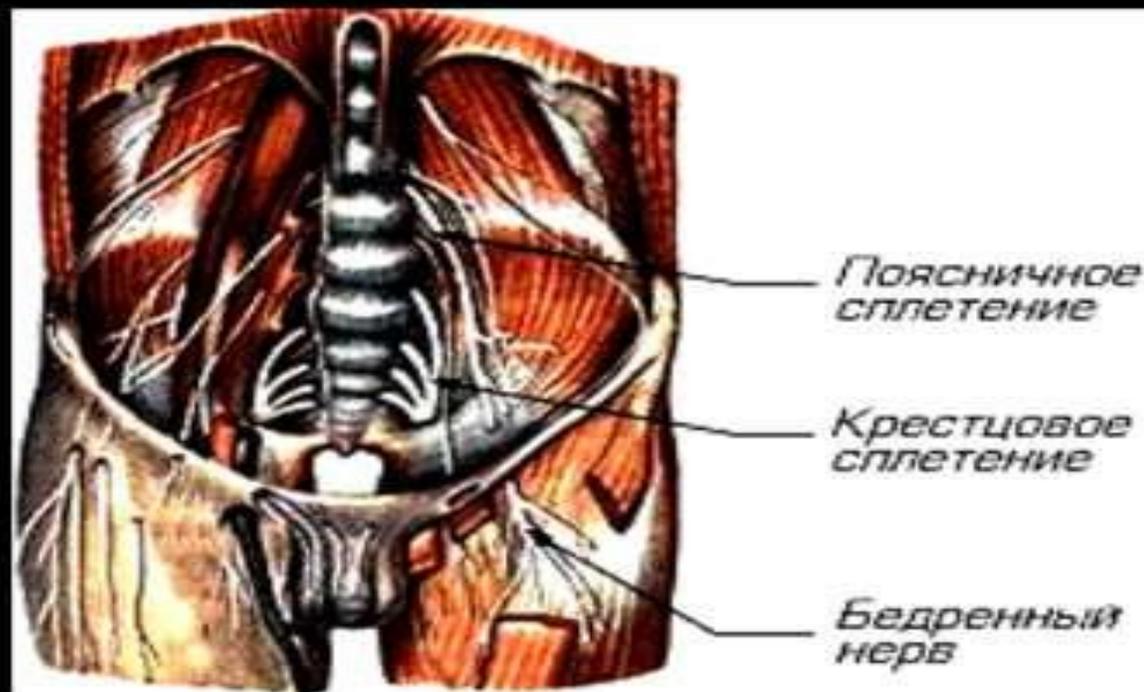
L1  
L2  
L3  
L4  
L5

Поясничный отдел



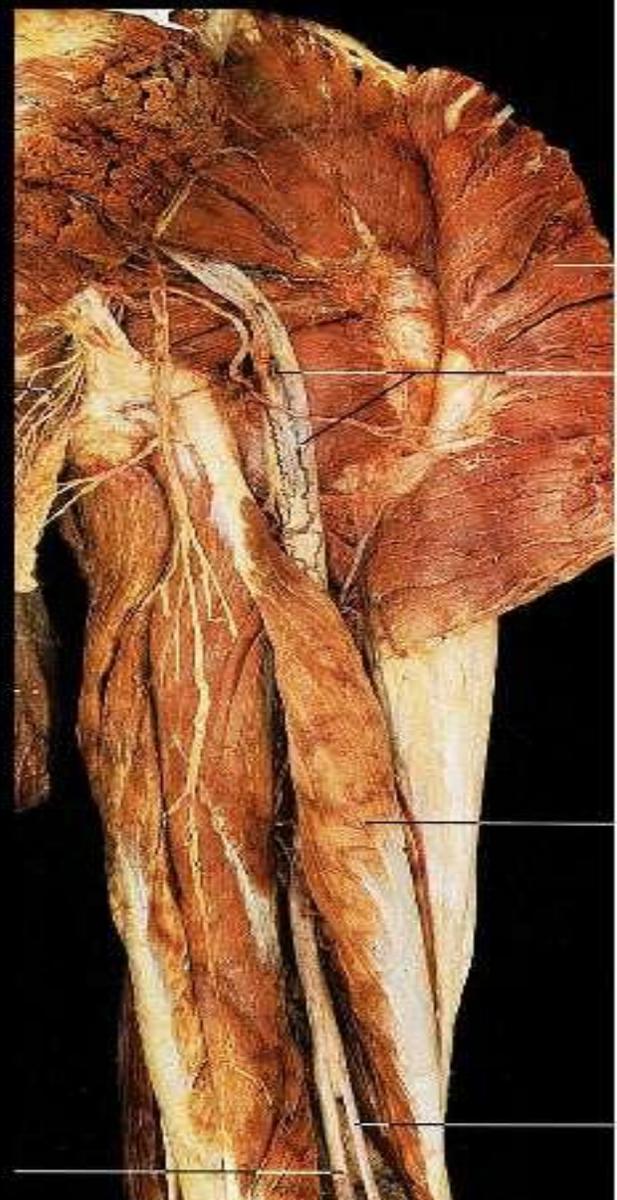
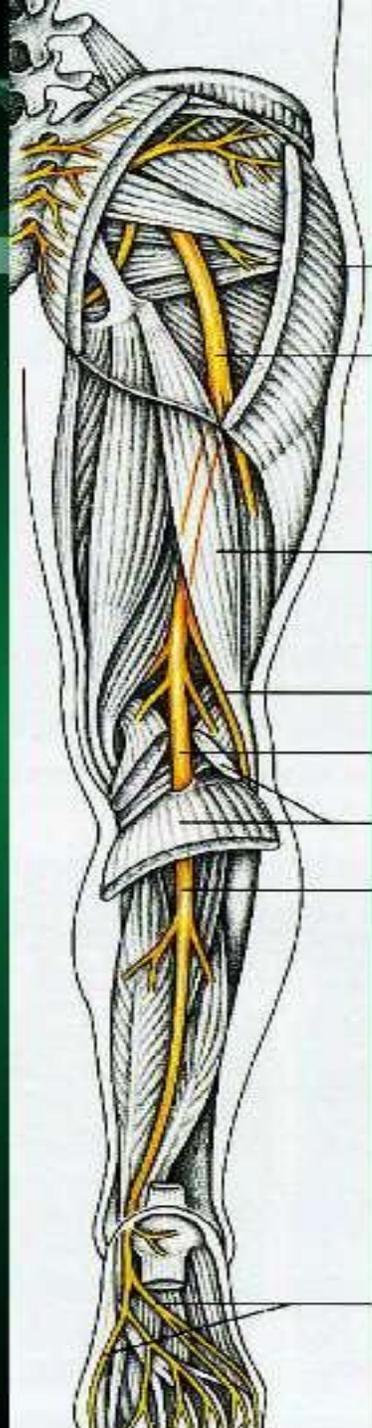
# Поясничное сплетение (*plexus lumbales*)

- 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

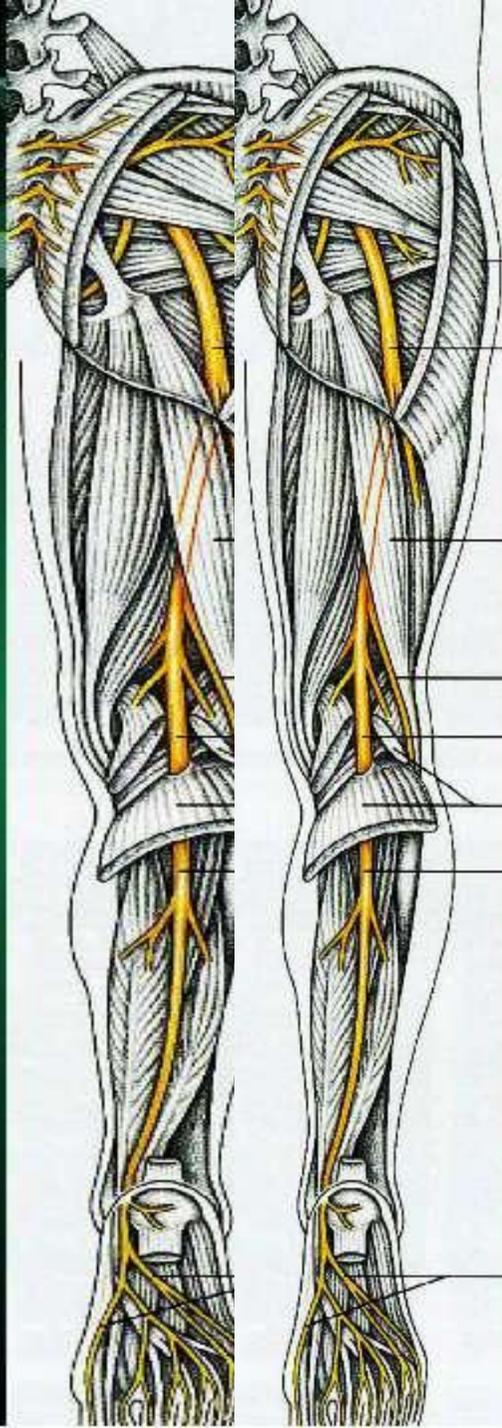
Д

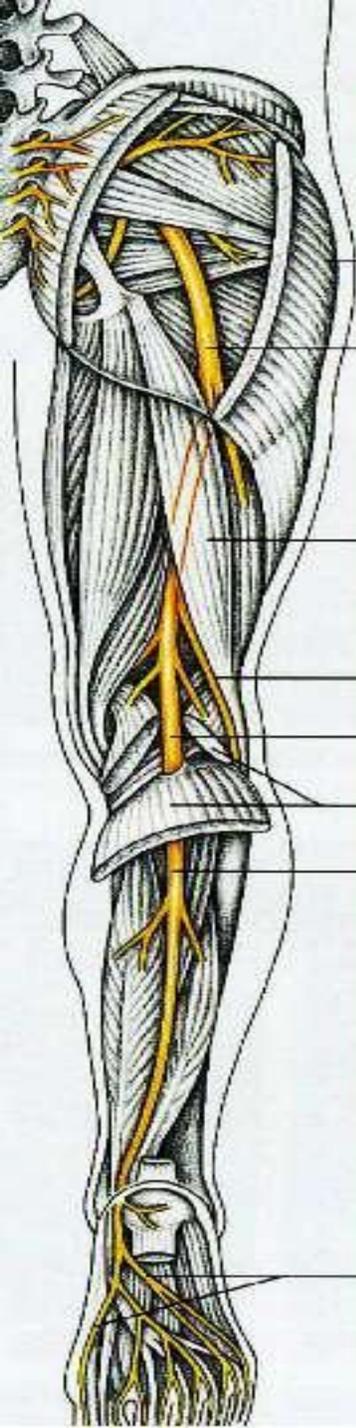
Большая ягодичная мышца, капсула тазобедренного сустава

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  |
|---------------------------------|-----|---|
| <b>Задний кожный нерв бедра</b> | Ч   | Кожа ягодичной области, промежности, задней поверхности бедра, включая подколенную ямку     |
| <b>Седлищный нерв</b>           | 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:

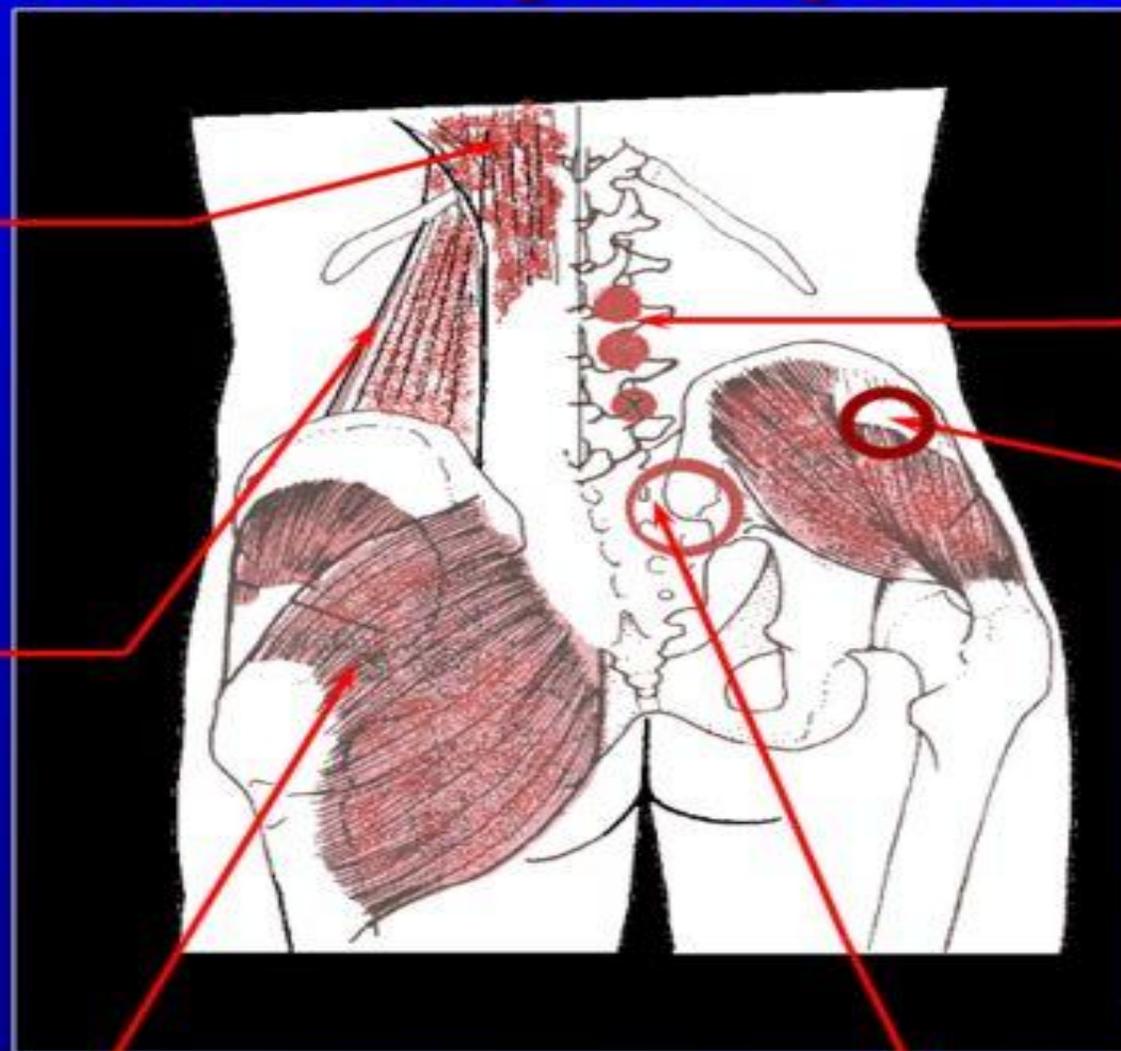
Межкостистая связка

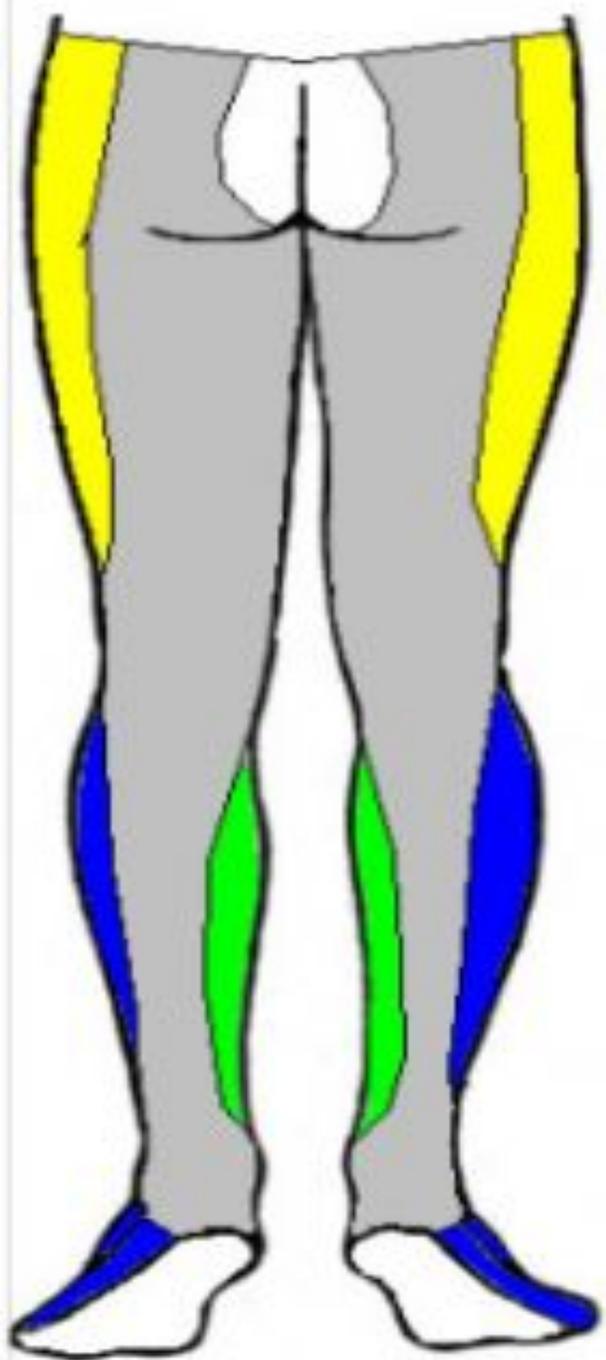
МТС m. gluteus med.:

МТС m. quadratus  
lumborum:

дисфункция  
крестцово-  
подвздошных  
сочленений

МТС m. gluteus max.:

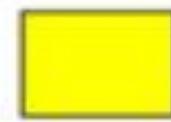




**L1-L2**



**L2-L3**



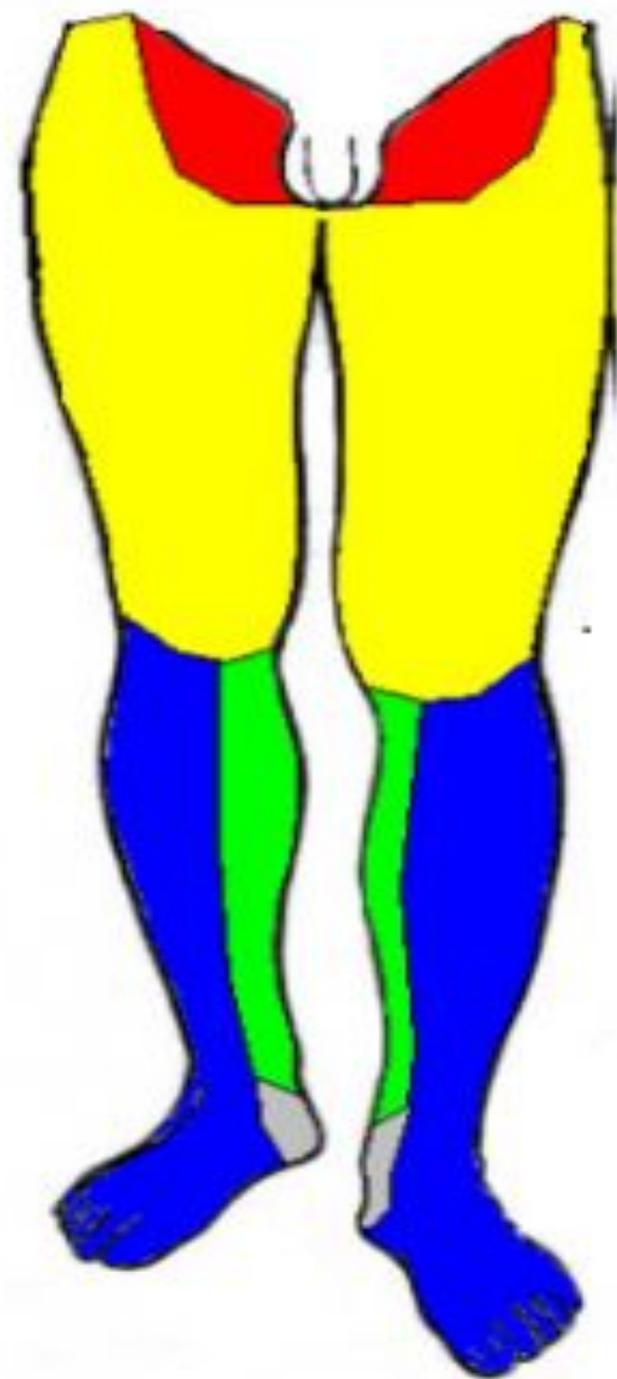
**L3-L4**



**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 )**

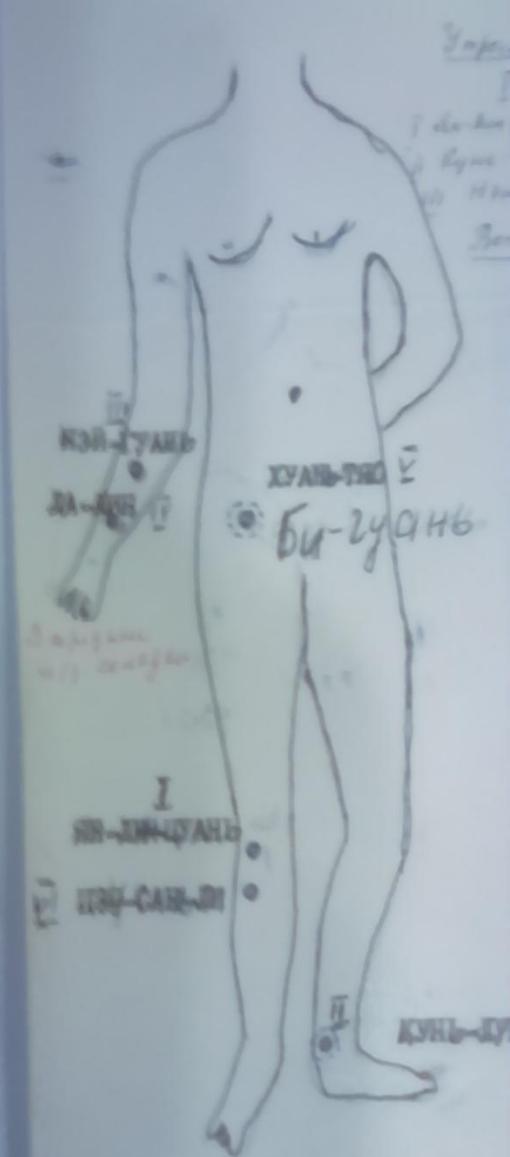
**ДА-ЧАН-ШУ ( V 25 ) 1ая бок. л. Между (L 4-L 5 )**

**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

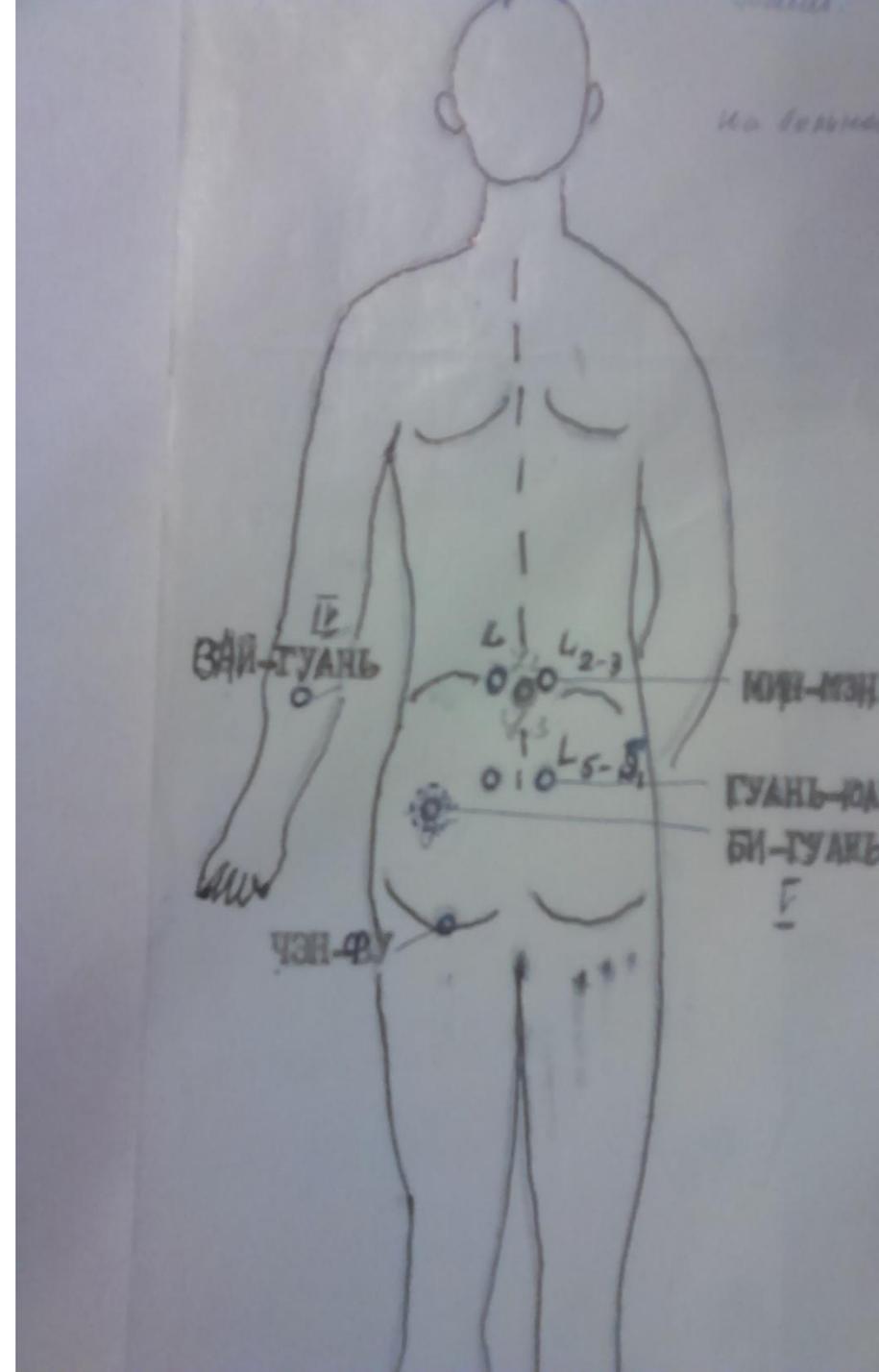
**ГУАНЬ-ЮАНЬ-ШУ ( V 26 ) 1 ая бок л. Между L 5- S 1 )**

**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.**

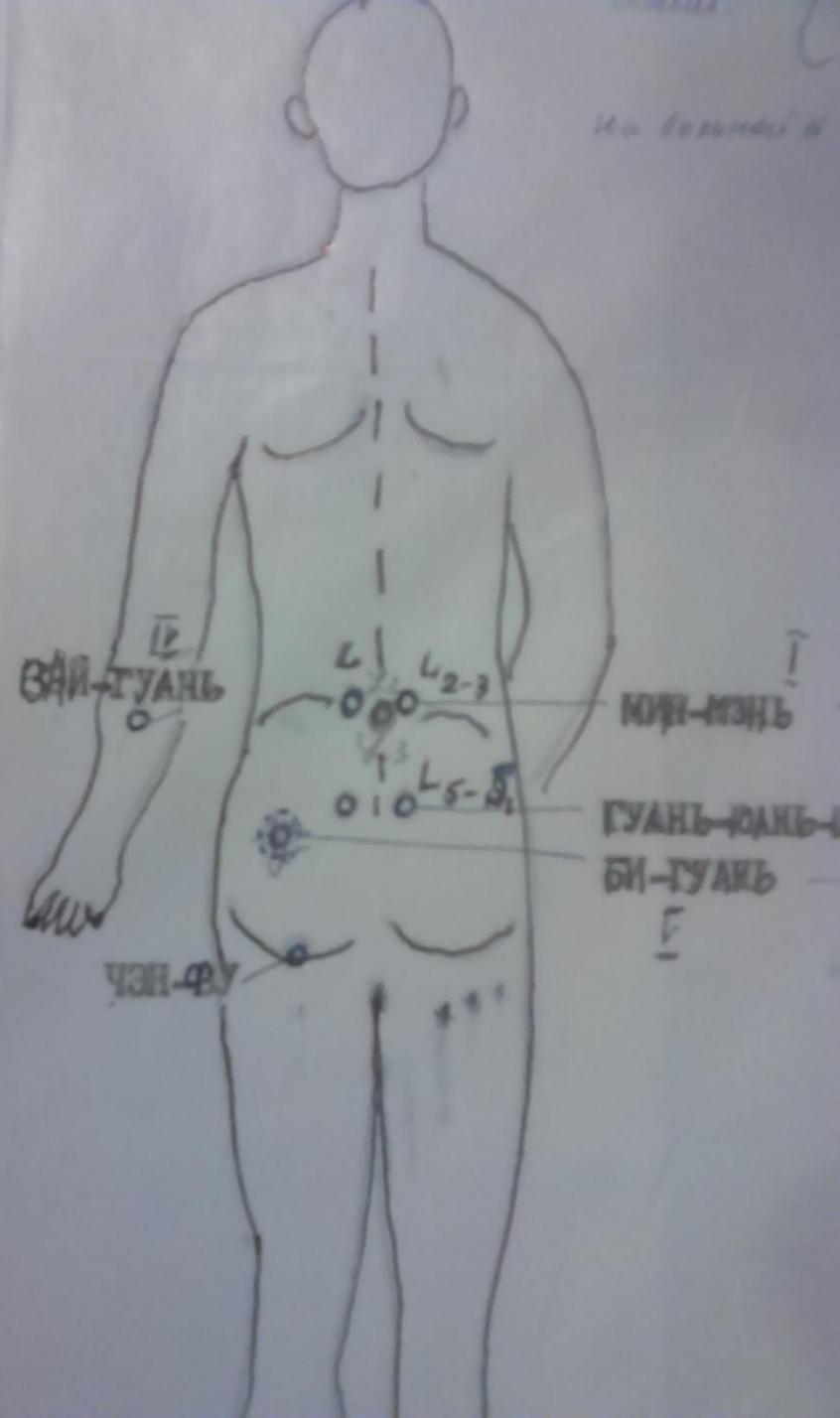
**между (L 5-S 1 )**

**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.

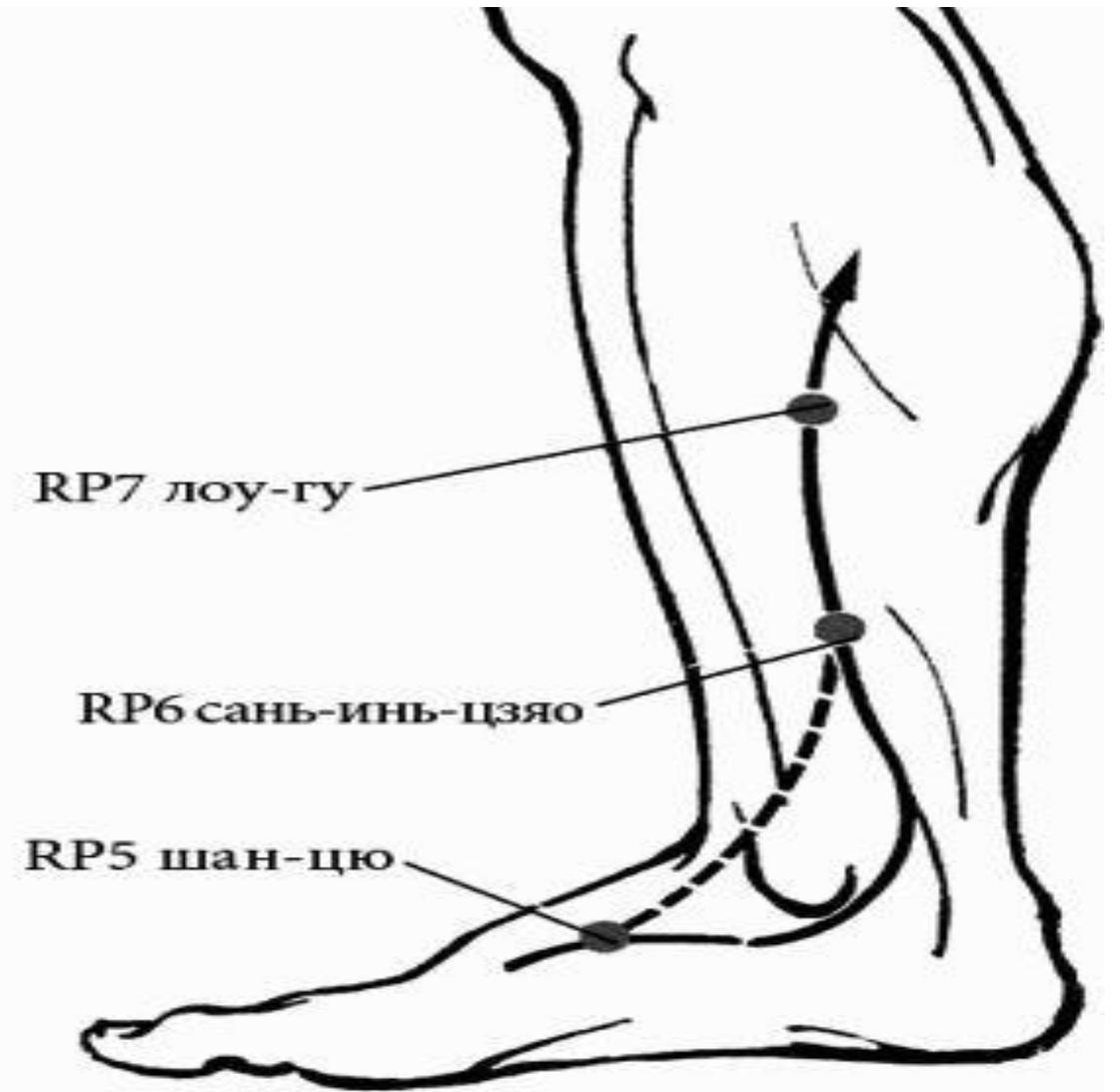
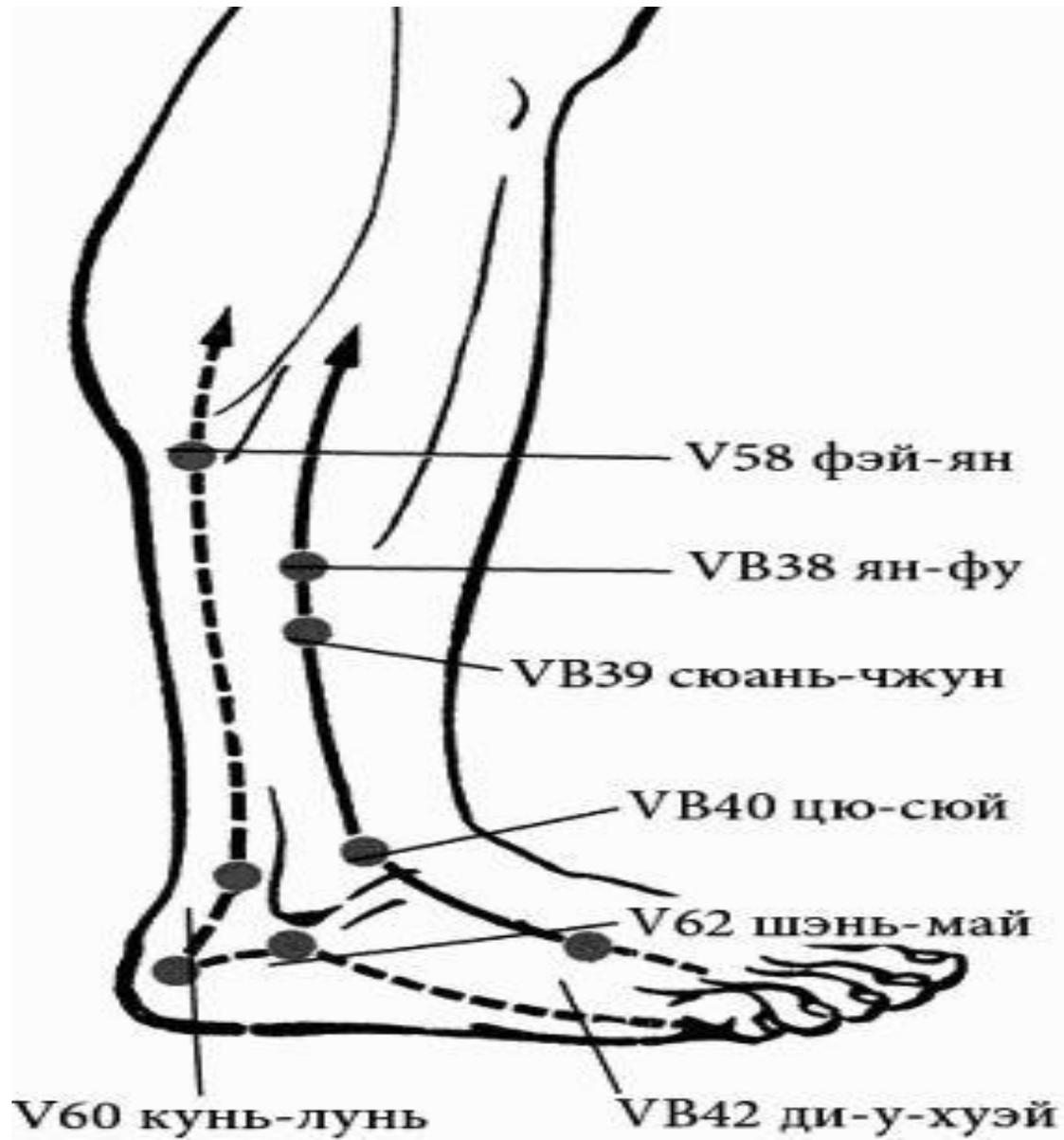


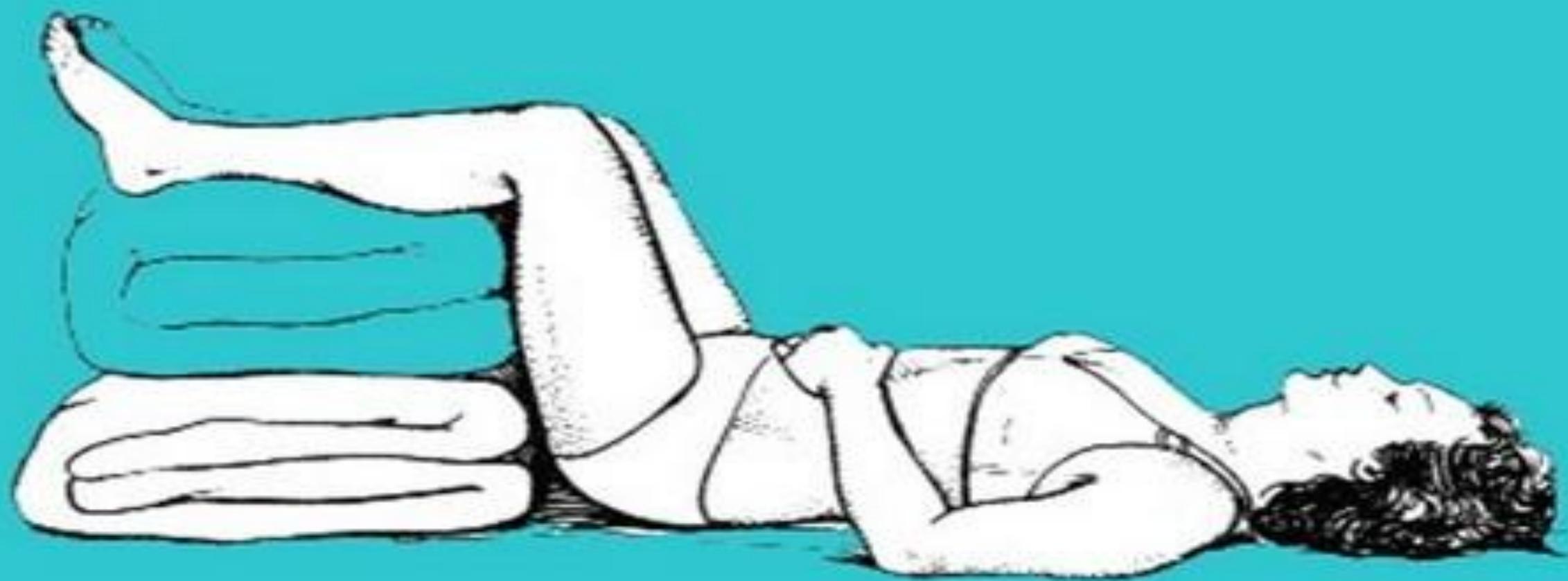
*Ягодичная область*

*Крестцовая область*

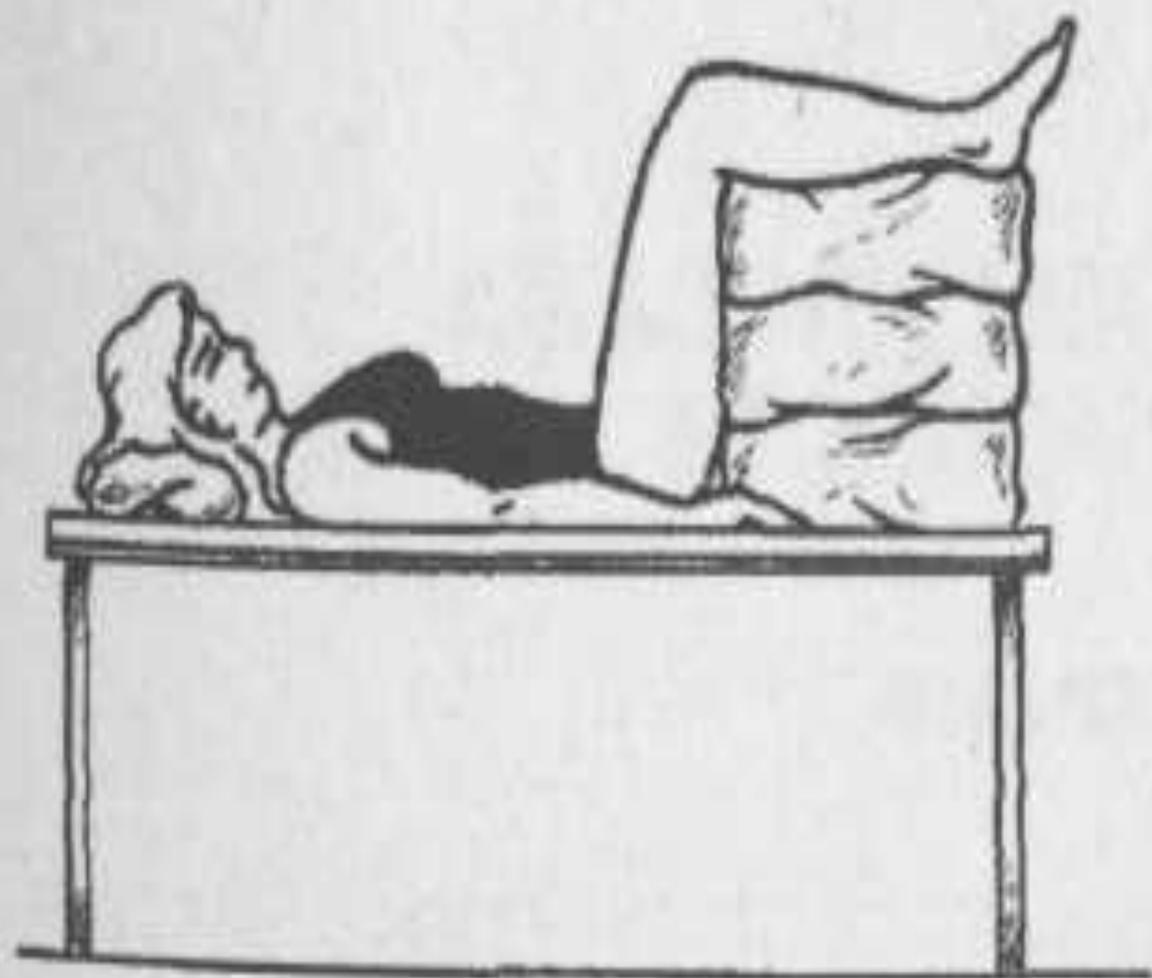
*Рис. 20. Точки для надавливания в области поясничных позвонков, крестца и ягодиц*

# 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

