

ФГБ ПОУ «КИСЛОВОДСКИЙ МЕДИЦИНСКИЙ КОЛЛЕДЖ» МИНЗДРАВА РОССИИ

Рефлекторно- сегментарный массаж И ПРОЦЕССЫ АДАПТАЦИИ

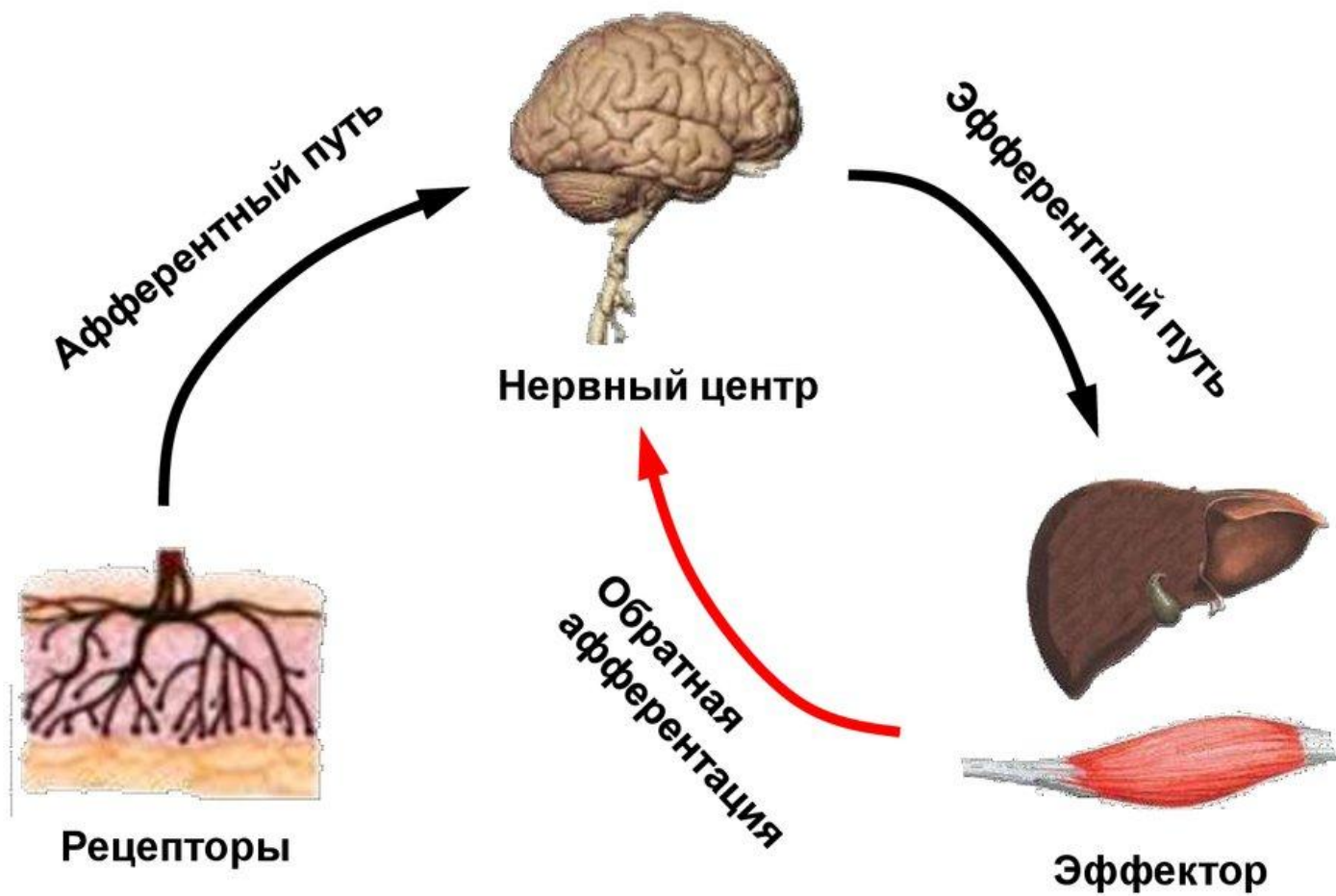
ПАВЛУХИНА Н.П.
ПРЕПОДАВАТЕЛЬ ВЫСШЕЙ АТТЕСТАЦИОННОЙ КАТЕГОРИИ

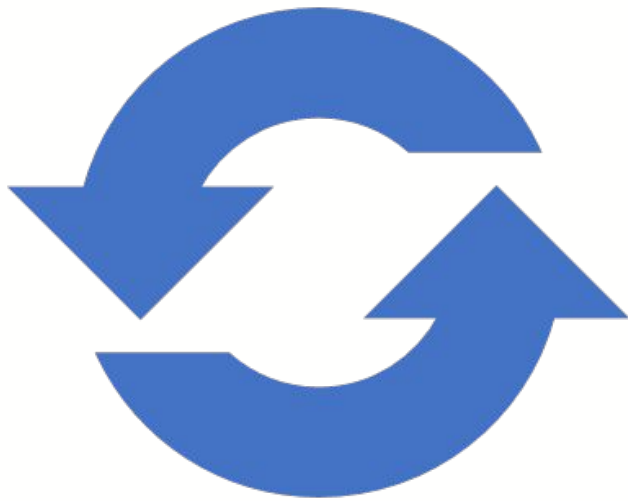
**«ЖИЗНЬ — ЭТО
ЗАМКНУТЫЙ КРУГ
РЕФЛЕКТОРНОЙ
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ».**

А. Ф. САМОЙЛОВ



Рефлекторное кольцо





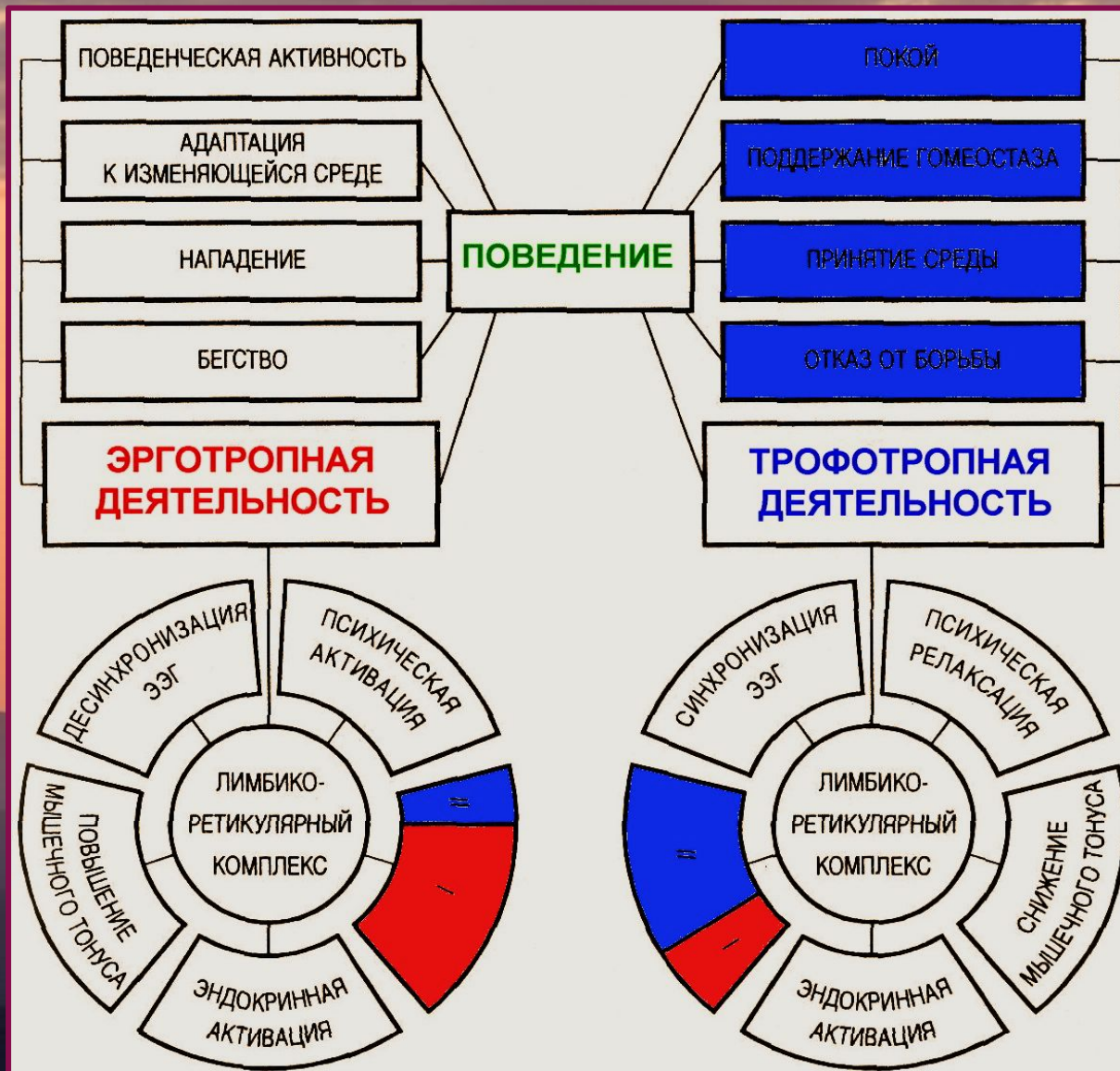
Реакция
(от лат. re...
«против» + actio
«действие») —
действие,
возникающее
в ответ на
какое-либо
воздействие

РЕФЛЕКС (лат. reflexus повернутый назад, отраженный) - возникновение, изменение или прекращение функциональной активности органов, тканей или целостного организма, осуществляемое при участии ц. н. с. в **ответ на раздражение** рецепторов организма





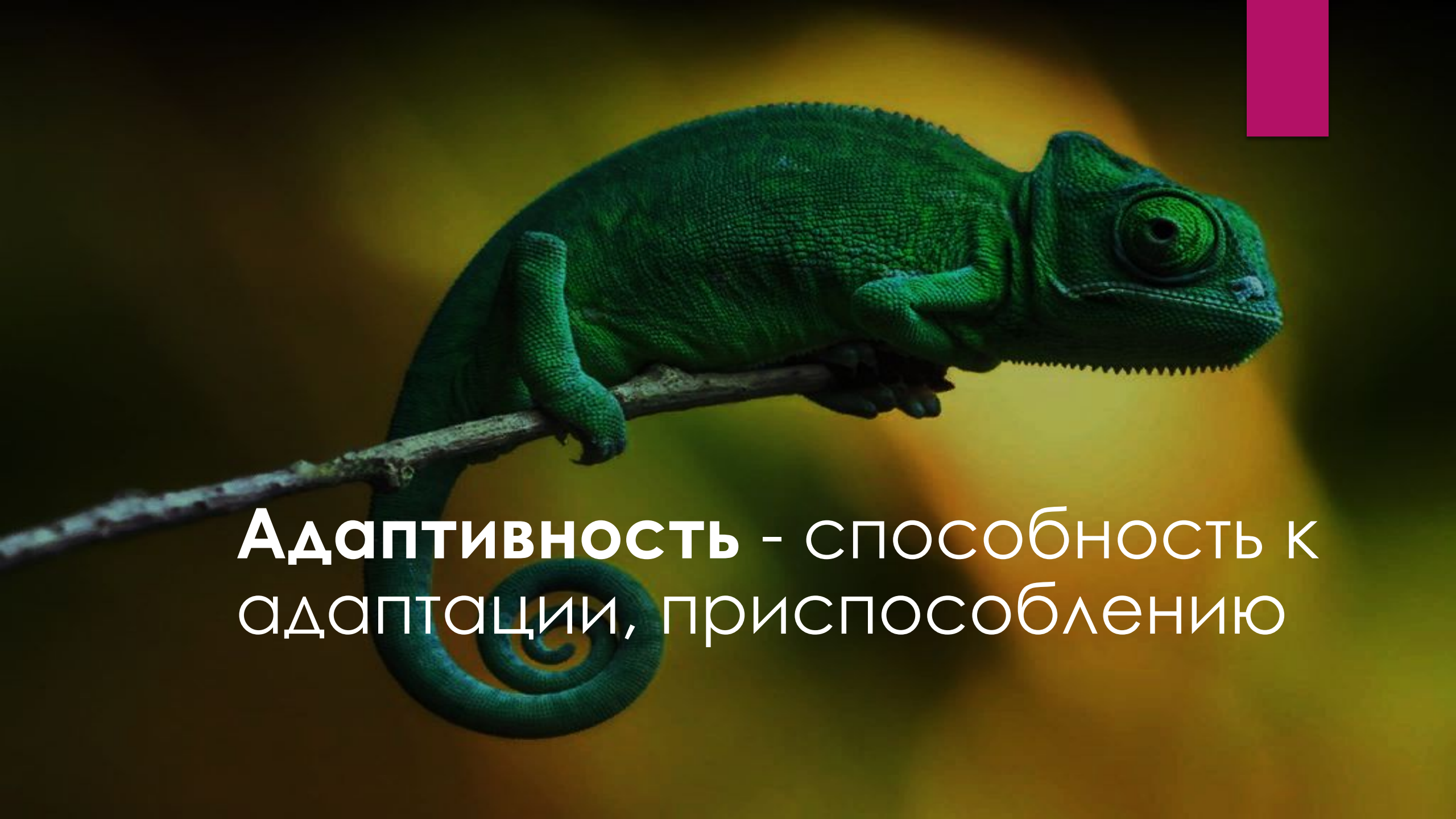
Реактивность- это способность организма определенным образом, системой ответных реакций, активно реагировать на воздействия среды.



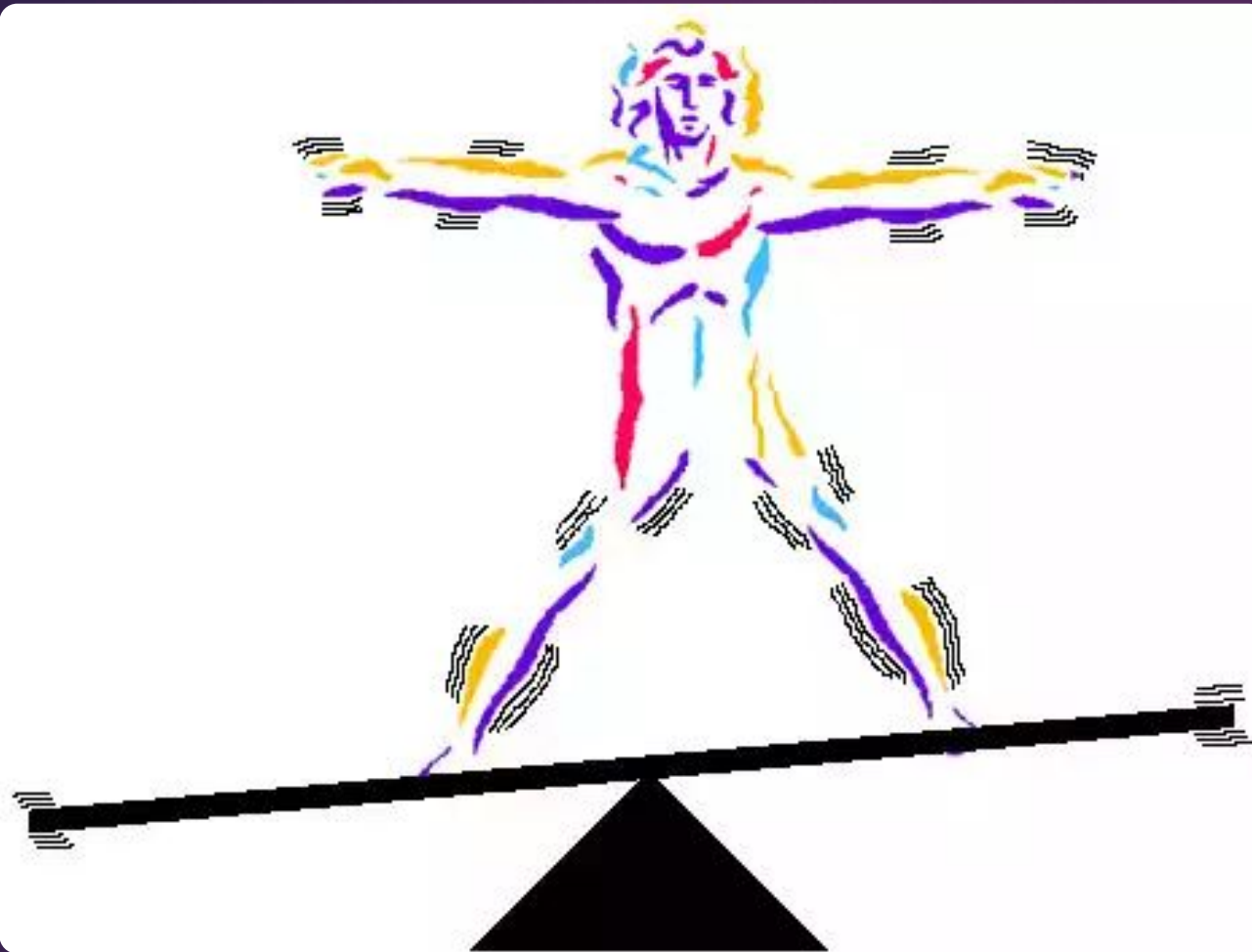
Поведение, эрготропная и трофотропная формы:
 I — симпатическая активация; II — парасимпатическая активация



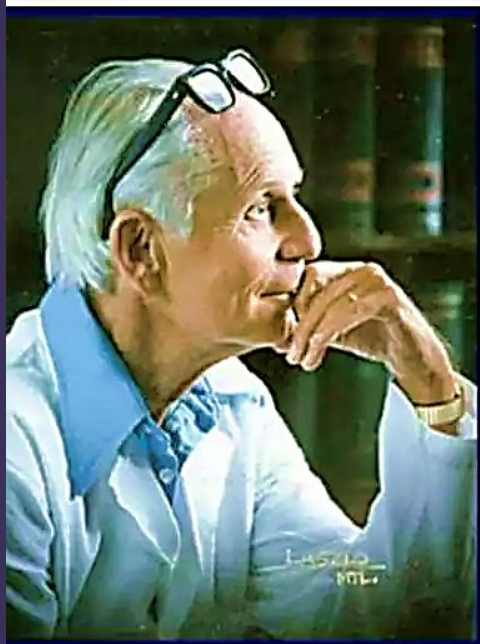
Адаптация-
процесс
приспособления
организма к
меняющимся
условиям среды



Адаптивность - способность к адаптации, приспособлению



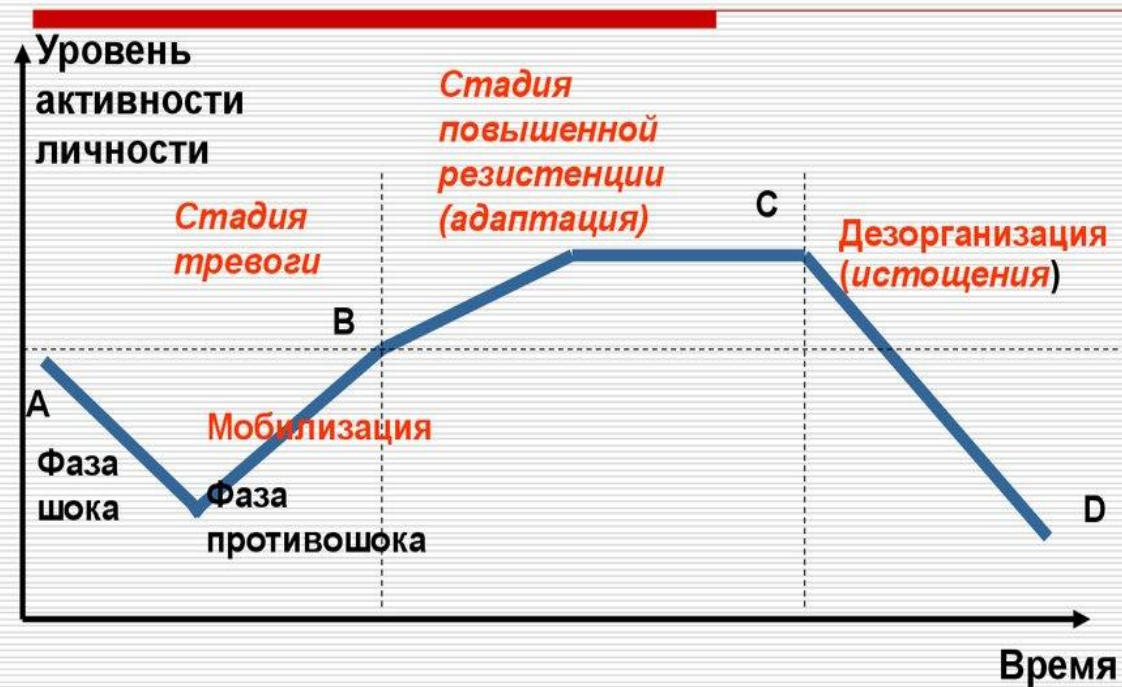
**Гомеостаз —
относительное
динамическое
постоянство
состава и свойств
внутренней среды
и устойчивость
основных
физиологических
функций организма**



Ганс Селье (1907-1982)
канадский
эндокринолог

«Стресс есть неспецифический ответ организма на любое предъявляемое ему воздействие»


Динамика стресса по Г. Селье





СТРЕСС (англ. stress) - состояние, возникающее при действии чрезвычайных или патологических раздражителей и приводящее к напряжению неспецифических адаптационных механизмов организма





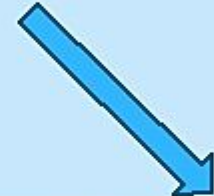
▶ **Жизнь** — это совокупность явлений,
сопротивляющихся смерти

Мари Франсуа Ксавье БИША

стресс



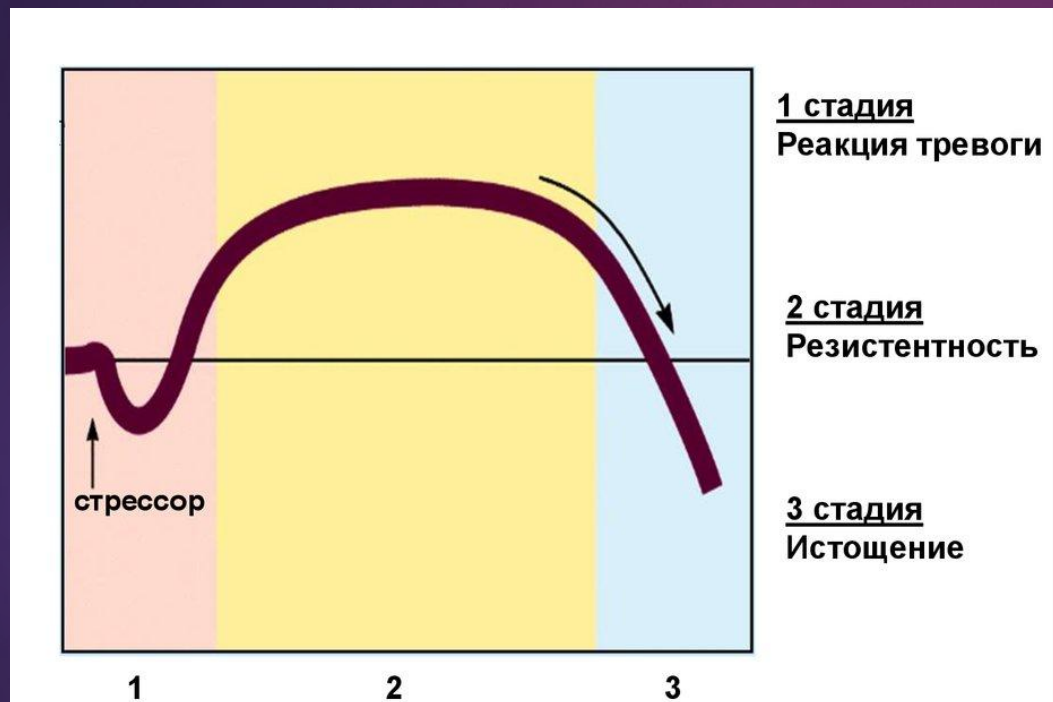
эустресс



дистресс



СТАДИИ СТРЕССА



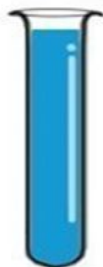
Тревога

Адаптация

Истощение



Шизофрения



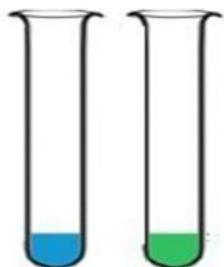
Тревога



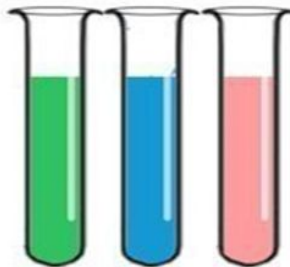
Счастье



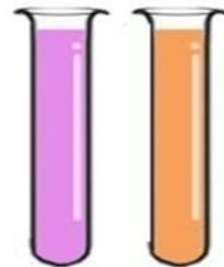
Депрессия








Любовь



Стресс



Ключ:

-  - Дофамин
-  - Серотонин
-  - Окситоцин
-  - Норадреналин
-  - Адреналин

Они управляют
нашей жизнью

Мышечные рефлексы стресса



ГОЛОВНАЯ БОЛЬ НАПРЯЖЕНИЯ



в течение 14 мсек
сокращаются жевательные
мышцы

на 25 -й мсек сокращаются
трапецивидные мышцы
спины, плечи поднимаются,
шея с головой
наклоняются вперед

возникает
застойный
очаг напряжения
в верхнем центре
парасимпатки

в течение 20 мсек
сокращаются мышцы
глаз и бровей

на 60-й мсек напрягаются
мышцы живота и
промежности, грудная
клетка уходит внутрь,
туловище наклоняется вперед,
дыхание задерживается

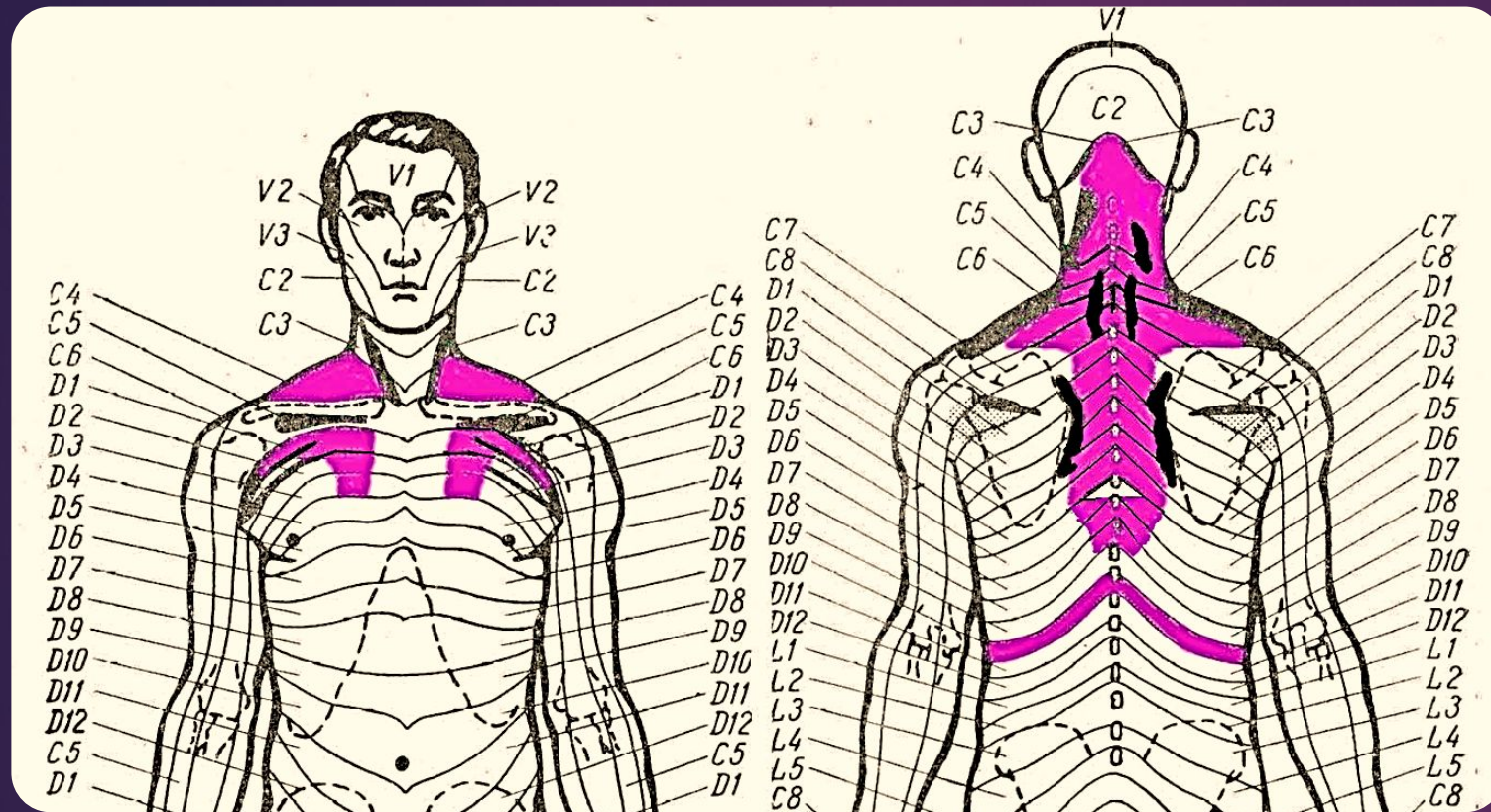


Реакция «ухода от опасности»

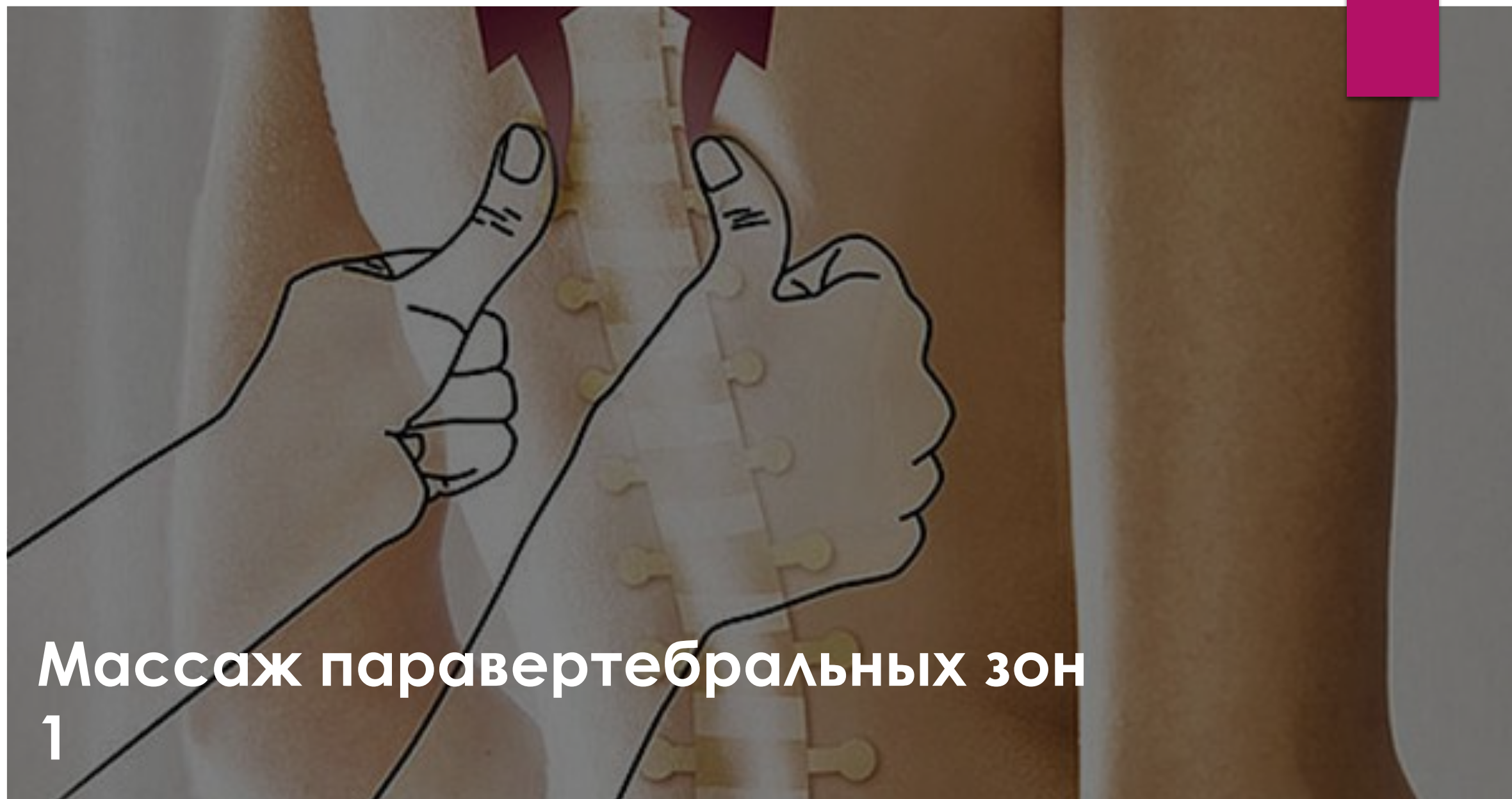




Нейтрализация последствий стресса



Рефлекторные изменения



Массаж паравертебральных зон

1



Массаж нижнего края грудной клетки слева
2

The image shows the back of a person with several red, semi-transparent areas overlaid on the skin, indicating massage points. These areas are located on the neck, shoulders, and upper back. A solid magenta rectangle is positioned in the top right corner of the image. The background is a plain, light gray.

Массаж области лопаток

3



Массаж области больших грудных мышц
4

A close-up photograph showing a person's neck and the back of their head. A pair of hands is performing a massage on the neck area. The person has dark hair. The background is a plain, light-colored wall. In the top right corner, there is a small, solid magenta rectangular shape.

Массаж области шеи

5

A close-up photograph showing a person's bare back and shoulder. A hand is placed on the shoulder, with fingers spread, indicating a massage. The background is a plain, light-colored wall. In the top right corner, there is a small, solid magenta rectangular shape.

Массаж зоны надплечий

6



**Массаж
грудино-ключично-сосцевидной мышцы
7**

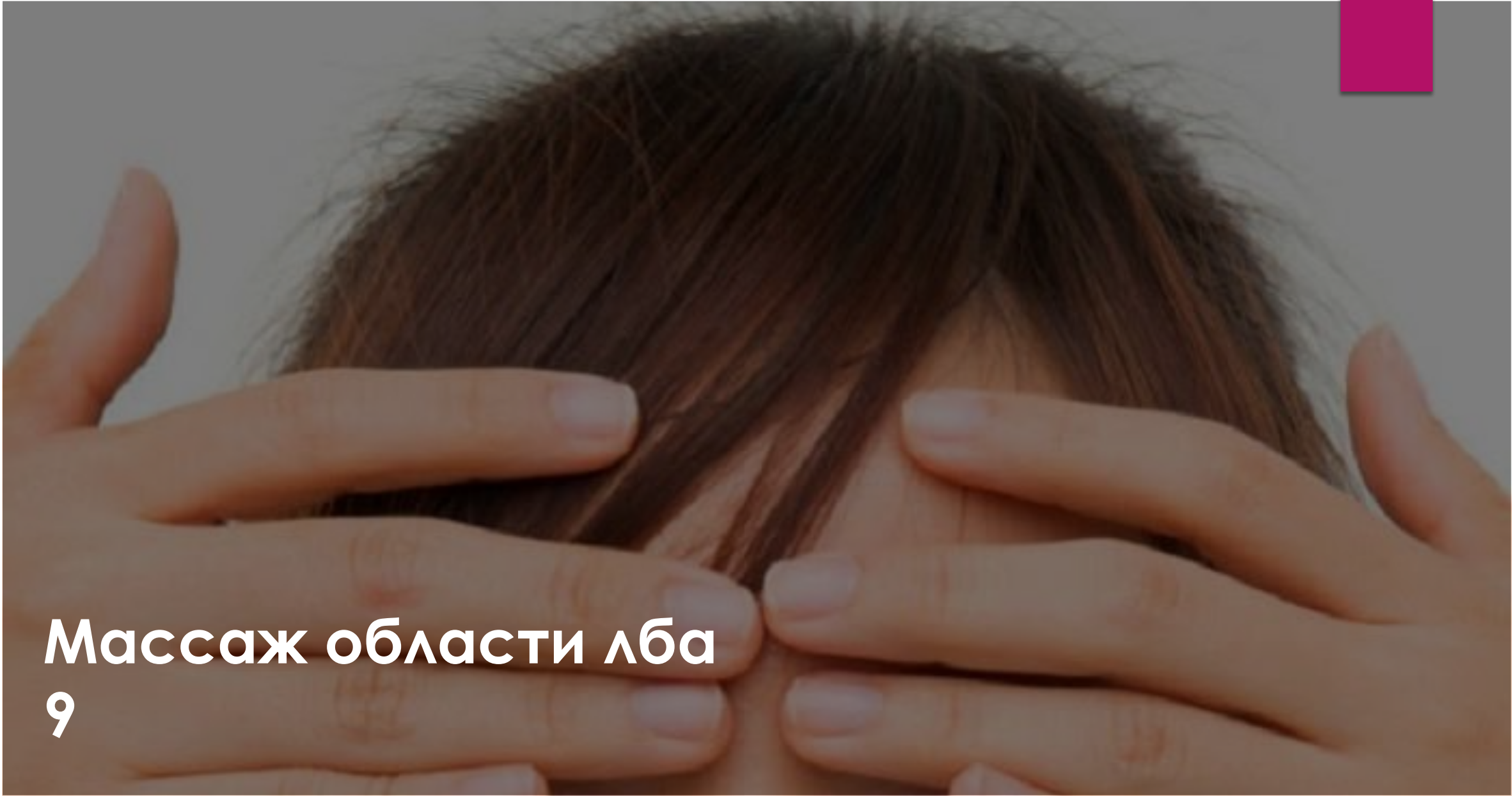
A close-up photograph of a person's head and neck. A hand is shown massaging the scalp, with fingers spread across the top of the head. The person's hair is dark and short. The background is a plain, light-colored wall. In the top right corner, there is a vertical pink rectangular bar.

Массаж выйных линий

8



При смещении рефлексов
8.1 Легкое растирание век и лба



Массаж области лба

9

A close-up photograph of a woman with long, wavy brown hair. Her eyes are closed, and she has a serene expression. Two hands are gently massaging her scalp from above. The background is softly blurred, showing a purple patterned surface. A solid pink rectangular shape is visible in the top right corner of the image.

Массаж волосистой части головы

10



**При смещении
рефлексов**
*10.1 Растирание
мягких тканей в
области нижнего
угла левой
лопатки*

ПЛАН РЕФЛЕКТОРНО-СЕГМЕНТАРНОГО МАССАЖА

1. **Массаж мягких тканей вдоль позвоночника от уровня D7-8 до уровня С7.**
2. **Массаж нижнего края грудной клетки слева (профилактика смещения рефлексов).**
3. **Массаж области лопаток:**
 1. Массаж мягких тканей вокруг лопаток.
 2. Массаж подостной зоны лопаток.
 3. Массаж надостной зоны лопаток.
4. **Массаж области больших грудных мышц (при наличии в них гипертонуса).**
5. **Массаж паравертебральной зоны на уровне шейных сегментов.**
6. **Массаж зоны надплечий.**
7. **Массаж грудино-ключично-сосцевидных мышц.**
8. **Массаж выйных линий.**

При смещении рефлексов: появлении головной боли, головокружения, усталости, потери сознания, внезапного сна – **выполнить легкое растирание век и лба по ходу лобных мышц.**
9. **Массаж области лба и височной области.**
10. **Массаж волосистой части головы.**

При смещении рефлексов: появлении чувства тошноты и позывов к рвоте – **выполнить растирание мягких тканей в области нижнего угла левой лопатки.**

A photograph of a woman lying on her stomach, receiving a massage. Her eyes are closed, and she has a peaceful expression. Her hands are clasped under her chin. The background is softly blurred, showing the hands of the masseuse working on her back. The overall tone is calm and relaxing.

Массаж в антистрессовых программах