

**Частные методики  
массажа**

**Массаж**

Массаж

Илья Мельников

**Частные методики массажа**

«Мельников И.В.»

2013

## **Мельников И. В.**

Частные методики массажа / И. В. Мельников — «Мельников И.В.», 2013 — (Массаж)

Применение массажа считается фактором, способствующим оздоровлению и укреплению организма. Массаж благоприятно действует на центральную нервную систему, оказывает различное физиологическое воздействие на организм, как тонизирующее, так и расслабляющее. Массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой системы применяется при показаниях как самостоятельный метод лечения и профилактики. При каких конкретно заболеваниях сердца какую именно применить методику массажа вы узнаете из нашей книги.

## Содержание

Массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой системы	5
Как выполнять массаж при ишемической болезни сердца и инфаркте миокарда	6
Методика выполнения массажа при гипертонической болезни	6
Конец ознакомительного фрагмента.	7

# **Илья Мельников**

## **Частные методики массажа**

### **Массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой системы**

Профилактика и лечение сердечно-сосудистых заболеваний продолжают оставаться одной из проблем, требующих своего решения. Поиски методов, способствующих профилактике и лечению сердечно-сосудистых заболеваний, постоянно продолжаются. В настоящее время массаж прочно входит в арсенал этих методов как составная часть комплексного лечения этой патологии, а также применяется при показаниях как самостоятельный метод лечения и профилактики.

## **Как выполнять массаж при ишемической болезни сердца и инфаркте миокарда**

### **Методика выполнения массажа при гипертонической болезни**

Гипертоническая болезнь является широко распространенным заболеванием. Профилактике и лечению гипертонической болезни придается особенно большое значение в связи с такими осложнениями этого заболевания, как инфаркт миокарда, нефросклероз, инсульт.

Различают три стадии заболевания. В I стадии гипертонической болезни артериальное давление иногда повышается, нарушений со стороны внутренних органов нет (фаза А). Могут возникать кризы, спазмы сосудов, коронарных и мозговых (фаза Б).

Во II стадии заболевания (фаза А) артериальное давление постоянно повышено, но уровень его колеблется. Чаще выражены кризы, спазмы. Появляется гипертрофия левого желудочка. В фазе Б повышенные показатели артериального давления стойко держатся, более тяжело протекают кризы. Значительно выражена гипертрофия сердца и появляются изменения дистрофического характера в различных органах.

В III стадии выражен склеротический процесс и нарушается функция сосудов мозга, почек, сердца.

С применением массажа у больных с заболеваниями сердечно-сердечно-сосудистой системы меняются показатели осциллографической кривой, характеризующей состояние тонуса сосудов и величины артериального давления. Изменения в гемодинамике носят благоприятный характер при адекватных воздействиях и использовании специальных приемов массажа в соответствии с патогенетическими и клиническими особенностями заболевания.

Предлагаемую методику массажа головы, шеи и области надплечья рекомендуется выполнять во всех стадиях гипертонической болезни.

Массаж выполняют в отдельном тихом помещении. Пациент должен сидеть, облокотившись на спинку стула, расслабив мышцы. Массажист стоит за спиной пациента. Применяют два основных приема – поглаживание и разминание, чередуя их.

Начинают массаж с поглаживания и разминания ладонью мышц межлопаточной области вдоль позвоночника. После этого массируют надплечья от шеи и позвоночника к плечам и лопаткам. Затем вторыми и третьими пальцами разминают мышцы в области сосцевидного отростка и затылочного бугра. Эти приемы чередуют с поглаживанием задней поверхности шеи и надплечий в направлении сверху вниз и кнаружи к плечевому суставу и подмышечной ямке.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.