

**БУ ХМАО-Югры «Нижневартовский
многопрофильный реабилитационный центр для
инвалидов»**

**Польза массажа в
реабилитационном
процессе**

Выполнила:
медицинская сестра по массажу
Сидорец Елена Николаевна

- **Положительное воздействие массажа**, его терапевтическое воздействие можно объяснить улучшением циркуляции лимфы, крови, а также нормализацией обмена веществ и кожного дыхания. В мышечной системе удается снять застой, происходит улучшение трофики тканей. Воздействие массажа на организм не ограничивается только местным эффектом. Общая реакция заключается в разностороннем влиянии с вовлечением в процесс всех органов и систем.



- С помощью **восстановительной медицины** можно добиться значительного улучшения состояния здоровья, укрепив его, а также уменьшить отрицательное влияние некоторых вредных, негативных факторов на организм. Это позволяет считать такой вид медицины мощным профилактическим средством развития различных заболеваний или функциональных расстройств. Повысить уровень здоровья в данном случае можно, применяя не медикаментозное воздействие. Массаж входит в состав проводимых мероприятий восстановительной медицины и дает хорошие результаты при оценке состояния здоровья. Не применяя лекарственных средств, сеансы массажа позволяют полностью восстановить функциональное состояние или утраченное равновесие между органами и системами.

- Влияние на мышечную систему заключается в повышении эластичности волокон и их сократительной способности. Явления атрофии мышц в процессе лечения проходят, нормализуется тонус и сила мышц. Кроме этого, отмечается положительное влияние и на состояние связочного аппарата, суставов. Подвижность суставов восстанавливается, происходит укрепление самих связок.



- Такой метод реабилитации можно рекомендовать не только пациентам, но и здоровым людям. Массаж является прекрасным оздоровительным средством, укрепляющий иммунитет, поэтому необходимо проводить несколько курсов общего массажа в течение года. Для пациентов после различных травм, операций, сопровождающихся иммобилизацией и другими осложнениями, данный метод должен быть обязательно включен в комплекс реабилитации.



- Положительное влияние массажа на сосудистую систему заключается в тонизирующем эффекте на стенку сосудов. Происходит улучшение циркуляции крови и лимфы, повышается содержание клеток крови и гемоглобина. Все этого благотворно отражается на работе сердца. Применяя различные методики массажа, можно добиться изменения функционального состояния нервной системы. Массаж приводит к улучшению проводящей системы, восстановлению утраченных рефлекторных связей между головным мозгом и органами и системами (мышечная система, сосуды, внутренние органы). Рефлексы, которые были утрачены или являются ослабленными, восстанавливаются при проведении курсов массажа. При наличии повреждений нервов, которые сопровождаются болью, массаж является эффективным средством лечения, позволяет добиться уменьшения выраженности боли и постепенной регенерации нервов.



- **Массаж** является важным этапом при проведении восстановительного этапа лечения или **реабилитации**. Благодаря различным приемам массажа происходит воздействие не только на весь организм, но и на отдельные органы и системы.

ПРИЕМЫ И ТЕХНИКА ПРОВЕДЕНИЯ МАССАЖА ДЕТЕЙ ПЕРВОГО ГОДА ЖИЗНИ

Поглаживание рук



Поглаживание ног



Поглаживание живота



Поглаживание спины



- Такой метод реабилитации можно рекомендовать не только пациентам, но и здоровым людям. Массаж является прекрасным оздоровительным средством, укрепляющий иммунитет, поэтому необходимо проводить несколько курсов общего массажа в течение года. Для пациентов после различных травм, операций, сопровождающихся иммобилизацией и другими осложнениями, данный метод должен быть обязательно включен в комплекс реабилитации.



- Следует остановиться и на **благоприятном влиянии массажа** на состояние кожи. Кроме того, что происходит улучшение кровообращения, лимфообращения, сальные и потовые железы начинают работать активнее. Это объясняет то, что массаж приводит к улучшению питания кожи и способствует выведению вредных веществ через кожу. Повышение активности работы желез требует более тщательного ухода за кожей во время проведения сеансов массажа.

