

М. Г. Бондаренко

МЕДИЦИНСКИЙ МАССАЖ

при патологии внутренних органов,
скелетно-мышечной и нервной системы

Теория и практика



АУДИОКУРС



Практическое пособие



Санкт-Петербург

УДК 615.82
ББК 53.541.2
Б81

Автор — врач — преподаватель массажа и ЛФК
ФГБ ПОУ «Кисловодский медицинский колледж»
Министерства здравоохранения РФ

Б81 Бондаренко М. Г.

Медицинский массаж при патологии внутренних органов, скелетно-мышечной и нервной системы. Теория и практика. Практическое пособие + авторский аудиокурс для слабовидящих. — СПб.: Издательство Наука и Техника, 2024. — 272 с.: ил.

Серия «Теория и практика»

ISBN 978-5-907592-39-1

Данное учебное пособие предназначено для специалистов по медицинскому массажу, имеющих опыт практической работы и освоивших базовые методики и техники классического и рефлекторных видов массажа.

В практическом пособии акцент сделан на методики классического, сегментарного, соединительнотканного и традиционного китайского массажа при основных видах патологии внутренних органов, скелетно-мышечной и нервной системы. В отдельных случаях (интенсивный массаж асимметричных зон при заболеваниях легких по Кузнецову, колон-массаж, массаж соединительной ткани и т. п.) подробно изложена не только методика, но и техника мануальных приемов.

Краткое описание заболеваний и применяемые методики позволяют быстро сориентироваться в тактике лечебного воздействия и выборе вида массажа, а каждый специалист может их скорректировать соответственно своим знаниям и мануальным навыкам.

Пособие будет представлять интерес для специалистов по лечебной физической культуре, мануальной и физиотерапии, реабилитации, медицинскому фитнесу, спортивной медицине, акупунктуре, а также для врачей клинических специальностей и студентов профильных медицинских колледжей, вузов, курсов ДПО.

Автор стремился максимально доступно изложить и адаптировать учебный материал для массажистов с ограниченными возможностями здоровья по зрению, выделить приоритет Кисловодской школы массажа, показать пути интеграции классического, сегментарного, соединительнотканного и китайского массажа для творческого совершенствования инновационных мануальных технологий.



*К книге прилагается **полный авторский аудиокурс «Медицинский массаж»**. Все права защищены. Ни одна часть аудиокурса не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме и какими бы то ни было средствами, включая размещение в сети Интернет и в корпоративных сетях, для публичного использования без письменного разрешения владельцев авторских прав.*

ISBN 978-5-907592-39-1



9 785907 592391 >

Все права защищены. Ни одна часть данной книги не может быть воспроизведена в коммерческих целях в какой бы то ни было форме и какими бы то ни было средствами без письменного разрешения владельцев авторских прав.

Изображение на обложке: www.freepic.com

© Бондаренко М. Г., 2024
© ООО «Издательство Наука и Техника», 2024
© Бондаренко М. Г., аудиокурс, 2024
© ООО «Издательство Наука и Техника», аудиокурс 2024

ОГЛАВЛЕНИЕ

<i>Введение. Массаж в лечебно-профилактической системе реабилитации.....</i>	<i>7</i>
--	----------

Общая часть

<i>1. Лечебное и физиологическое действие массажа.....</i>	<i>11</i>
<i>2. Показания и противопоказания к массажу.....</i>	<i>20</i>
<i>3. Пальпаторная диагностика мягких тканей в практической работе массажиста.....</i>	<i>21</i>
<i>4. Дозировка массажа.....</i>	<i>26</i>
<i>5. Профессиональные качества массажиста.....</i>	<i>30</i>
<i>6. Эргономика специалиста по медицинскому массажу.....</i>	<i>31</i>
<i>7. Медицинский массаж. Основные виды и его место в современной медицине.....</i>	<i>34</i>
7.1. Классический массаж.....	34
7.2. Сегментарный массаж.....	34
7.3. Соединительнотканый массаж (СТМ).....	40
7.4. Традиционный китайский массаж.....	53

Частные методики медицинского массажа при отдельных видах патологии

<i>1. Медицинский массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.....</i>	<i>59</i>
1.1. Классический массаж при стенокардии.....	62
1.2. Классический массаж при артериальной гипертензии.....	63
1.3. Сегментарный массаж при заболеваниях сердца.....	64
1.4. СТМ при ишемической болезни сердца.....	65
1.5. Традиционный китайский массаж при стенокардии.....	67
1.6. Традиционный китайский массаж при артериальной гипертензии.....	69
1.7. Медицинский массаж при артериальной гипотензии.....	70
1.8. Классический и сегментарный массаж при заболеваниях сосудов конечностей.....	71
1.9. СТМ при облитерирующем эндартериите нижних конечностей и хронической венозной недостаточности.....	77

2. Медицинский массаж при патологии системы органов дыхания.....	83
2.1. Классический массаж при пневмонии и плеврите.....	84
2.2. Классический массаж при хронических неспецифических заболеваниях легких (ХНЗЛ).....	85
2.3. Интенсивный массаж асимметричных зон грудной клетки (по О. Ф. Кузнецову).....	90
2.4. Классический массаж при бронхиальной астме и эмфиземе легких.....	95
2.5. Сегментарный массаж при заболеваниях легких.....	96
2.6. СТМ при хроническом бронхите и бронхиальной астме.....	100
2.7. Традиционный китайский массаж при хроническом бронхите и бронхиальной астме.....	103
3. Медицинский массаж при заболеваниях системы органов пищеварения и нарушениях обмена веществ.....	107
3.1. Классический и сегментарный массаж при заболеваниях желудка.....	107
3.2. Сегментарный массаж при заболеваниях желудка.....	109
3.3. Классический массаж при колитах.....	110
3.4. Сегментарный массаж при заболеваниях двенадцатиперстной кишки, тонкого и толстого кишечника.....	111
3.5. Сегментарный массаж при заболеваниях печени и желчевыводящих путей.....	114
3.6. Колон-массаж.....	116
3.7. СТМ при заболеваниях желудка.....	124
3.8. СТМ при дискинезии желчевыводящих путей.....	125
3.9. СТМ при хронических колитах.....	126
3.10. Традиционный китайский массаж при заболеваниях желудочно-кишечного тракта.....	127
Классический массаж при нарушениях обмена веществ.....	129
4. Массаж в травматологии и ортопедии.....	135
4.1. Общие принципы массажа при травмах.....	135
4.1.1. Массаж при ушибах.....	136
4.1.2. Массаж при растяжении мышц, связок и суставов.....	137
4.1.3. Массаж при вывихах.....	139
4.1.4. Массаж при переломах костей.....	140

4.2. <i>Массаж при заболеваниях и травмах верхней конечности</i>	141
4.2.1. Классический массаж при травмах плечевого сустава и плеча.....	141
4.2.2. Сегментарный массаж при заболеваниях и травмах плечевого пояса, плеча и плечелопаточного сустава.....	142
4.2.3. СТМ при заболеваниях и травмах верхней конечности.....	145
4.2.4. СТМ при нейродистрофических заболеваниях верхней конечности.....	146
4.2.5. СТМ при деформирующем артрозе суставов верхних конечностей.....	148
4.2.6. СТМ при ревматоидном полиартрите.....	149
4.2.7. Классический массаж при заболеваниях и травмах локтевого сустава, предплечья и кисти.....	152
4.2.8. Сегментарный массаж при заболеваниях и травмах верхней конечности.....	154
4.2.9. Точки акупрессуры при патологии суставов верхней конечности.....	157
4.3. <i>Массаж при заболеваниях и травмах нижней конечности</i>	158
4.3.1. Классический массаж при переломе шейки бедра.....	158
4.3.2. Классический массаж при переломе диафиза бедра.....	160
4.3.3. Сегментарный массаж при травмах и заболеваниях тазобедренного сустава и бедра.....	161
4.3.4. СТМ при травмах нижней конечности.....	163
4.3.5. Классический массаж при заболеваниях и травмах коленного сустава, голени и стопы.....	165
4.3.6. Сегментарный массаж при травмах коленного сустава, голени и стопы.....	168
4.3.7. СТМ при деформирующем артрозе.....	170
4.3.8. СТМ при деформирующем артрозе суставов нижних конечностей.....	171
4.3.9. Точки акупрессуры при патологии суставов нижних конечностей.....	173
4.4. <i>Медицинский массаж при травмах и заболеваниях позвоночника и таза</i>	174
4.4.1. Классический массаж при переломах позвоночника.....	175
4.4.2. Классический массаж при переломах костей таза.....	178
5. <i>Массаж при статических деформациях опорно-двигательного аппарата и контрактурах</i>	183
5.1. <i>Классический массаж при сколиотической болезни</i>	185
5.2. <i>Массаж при плоскостопии, косолапости и кривошее</i>	189
5.3. <i>Массаж при анкилозирующем спондилоартрите (болезни Бехтерева)</i>	192
6. <i>Медицинский массаж при заболеваниях и повреждениях центральной и периферической нервной системы</i>	197
6.1. <i>Классический и точечный массаж при невралгии</i>	197
6.2. <i>Классический и точечный массаж при спастическом гемипарезе</i>	199

6.3. Классический массаж при вялых парезах и параличах.....	204
6.4. Классический массаж при миелите.....	205
6.5. Классический массаж при боковом амиотрофическом склерозе.....	206
6.6. Медицинский массаж при головной боли и вертебробазиллярной болезни.....	207
6.6.1. Классический и сегментарный массаж при синдроме головной боли и вертебробазиллярной болезни.....	209
6.6.2. СТМ при синдроме головной боли.....	212
6.6.3. Традиционный китайский массаж при головной боли.....	213
6.7. Медицинский массаж при плечелопаточном периартрозе (ПЛП).....	215
6.7.1. Классический и сегментарный массаж при ПЛП.....	216
6.7.2. СТМ при синдромах Зудека и «плечо — кисть».....	217
6.7.3. Традиционный китайский массаж при ПЛП и синдроме «плечо — кисть».....	218
6.8. Медицинский массаж при люмбагии и сакралгии.....	219
6.8.1. Классический и сегментарный массаж при люмбоишиалгии.....	223
6.8.2. СТМ при люмбоишиалгии.....	227
6.8.3. Традиционный китайский массаж при люмбоишиалгии.....	228
6.9. Классический и точечный массаж при невropатии лицевого нерва.....	230
6.10. Классический и точечный массаж при невралгии тройничного нерва.....	233
6.11. Классический и точечный массаж при атрофии зрительного нерва.....	237
6.12. СТМ в офтальмологии.....	154
7. Массаж при заболеваниях мочеполовой системы.....	240
7.1. Сегментарный массаж при заболеваниях мочеполовой системы.....	2 45
7.2. СТМ при заболеваниях мочеполовой системы.....	248
7.3. Сегментарный массаж при гинекологических заболеваниях.....	250
7.4. СТМ в гинекологии.....	253
7.5. Точечный массаж при нарушении менструального цикла.....	257
8. Массаж в сочетании с физическими средствами лечения.....	261
Заключение.....	267
Литература.....	268

Как пользоваться книгой

Для скачивания используйте данный QR-код



Материалы к книгам



медицина



Медицинский массаж

Инструкция для скачивания:

Если у вас современный смартфон (планшет), в котором уже с момента покупки гаджета встроено приложение, умеющее считывать QR-коды с помощью камеры, действуйте так:

1. Откройте камеру в смартфоне.
2. Наведите камеру на QR-код.
3. Нажмите на ссылку, которая появится на экране.

Если камера смартфона не может отсканировать код — надо предварительно скачать на интернет-порталах **приложение для считывания QR-кодов** из App Store, Google или Android Market. Далее действуйте так:

1. Запустите программу.
2. Наведите камеру на QR-код.
3. Нажмите на ссылку, которая появится на экране.

Содержание АУДИОКУРСА «МЕДИЦИНСКИЙ МАССАЖ»

- Урок 1.* *Влияние массажа на нервную систему*
Урок 2. *Методика выявления рефлекторно-функциональных нарушений*
Урок 3. *Дозировка массажа*
Урок 4. *Специальная техника массажа*
Урок 5. *Смещение рефлексов*
Урок 6. *Частные методики. Патология сердечно-сосудистой системы*
Урок 7. *Заболевания сосудов конечностей*
Урок 8. *Заболевания легких и плевры*
Урок 9. *Заболевания желудочно-кишечного тракта*
Урок 10. *Заболевания печени и желчи*
Урок 11. *Заболевания опорно-двигательного аппарата и нервной системы*
Урок 12. *Пояснично-крестцовые боли*
Урок 13. *Лумбоишиалгия*
Урок 14. *Синдром головной боли*
Урок 15. *Заболевания плечевого сустава*
Урок 16. *Заболевания тазобедренного сустава и бедра*
Урок 17. *Заболевания мочеполовой системы*
Урок 18. *Гинекологические заболевания*
Урок 19. *Колон-массаж*

Введение.

Массаж в лечебно-профилактической системе и реабилитации

Массаж основан на фундаментальных физиологических законах жизнедеятельности человека и известен с древних времен как эффективный метод физической терапии. Это позволяет использовать его для стимуляции адаптационно-компенсаторных, саногенетических механизмов ауторегуляции и иммунитета, направленных на активацию защитных резервных возможностей организма и ликвидацию патологических процессов. Массаж применяют в различных областях клинической медицины, в спорте, для профилактики в системе оздоровительных мероприятий, с косметической и эстетической целями.

Практическое руководство представляет вниманию читателей Кисловодскую школу массажа, которая образована в 1958 году на базе Всероссийского общества слепых и готовит специалистов по медицинскому массажу с ограниченными возможностями здоровья по зрению.

Сорок лет медицинской работы и преподавания массажа позволяют автору сделать качественное обобщение материала, дают возможность учитывать пожелания многих выпускников, которые с успехом работают в различных регионах России от Калининграда до Владивостока, от Мурманска до Закавказья, в ближнем и дальнем зарубежье.

Коллектив Кисловодского медицинского колледжа, старейшей школы российского массажа, проводит большую работу по реабилитации инвалидов с ограниченными возможностями по зрению, подготовке специалистов по медицинскому массажу и внедрению новых методик массажа. Преподаватели медицинского массажа обобщили отечественный и зарубежный опыт, творчески применяют на практике и разрабатывают новые методики массажа при различных нозологических формах с учетом стадии патологического процесса и реактивности организма, выпускают учебники и методические пособия.

Теперь о проблемах, с которыми сталкивается и начинающий, и опытный специалист. Информации по массажу много, но выделить из этого потока научно достоверную весьма сложно, а недостаточное и несистематизированное академическое медицинское образование, проблемы культуры мышления приводят к псевдонаучным умозаключениям, терминологической несосто-

тельности, поиску альтернативных «лечебных методов» и откровенному шарлатанству ради коммерческого успеха и дешевой славы среди определенных групп населения.

«Не навреди!» Знание противопоказаний к массажу крайне важно. Каждый массажист должен понимать, что ближайшие результаты лечения могут быть прекрасными, отдаленные — трагическими. Личный опыт ничего не значит, если он не идет в общем течении научного развития данного направления медицины. Медицина остается наполовину наукой, наполовину искусством, именно это дает возможность от искренних заблуждений незаметно перейти к «целительству» и шарлатанству.

Избежать ошибок поможет включение интеллекта, анализ своей работы, повышение образования, развитие клинического мышления, что для многих трудно и скучно. Гораздо легче спорить, выдергивая из контекста отдельные фразы, витать в фантазиях и проводить безумные мануальные опыты. Это путь в «массажный андеграунд».

Если нет возможности посоветоваться с «правильным доктором», почитайте историю болезни, данные дополнительных методов исследования, она часто на руках пациента, если нет — посоветуйте консультацию специалиста. Мануальное воздействие должно быть прежде всего безболезненным и не вызывать рефлекторного напряжения. Работать нужно в пределах эластического барьера (до анатомического лучше немного не доходить).

Практическое профессиональное применение классического, сегментарного, соединительнотканного, традиционного китайского массажа проводится «сухим» методом.

Мази, кремы, масла искажают чувствительность подушечек пальцев, что затрудняет выявление рефлекторных изменений в тканях, резко снижает качество выполнения приемов массажа, особенно разминания и растирания, нарушают нейрорефлекторные механизмы афферентации (восприятие мануального раздражения) и перцепции (обработки нейронами принятого нервного импульса). Применение смазывающих веществ и присыпок очень ограничено, по специальным показаниям.

В настоящее время классический и рефлекторные виды массажа активно внедряют и широко применяют для лечения и реабилитации в клиниках и санаториях, как средство восстановления в спорте, на предприятиях, в профилакториях для повышения работоспособности после физического и психического утомления.

ОБЩАЯ ЧАСТЬ

1. Лечебное и физиологическое действие массажа

Массаж является частью такой широкой области медицины, как физиотерапия. Физиотерапия (от др.-греч. φύσις — природа и θεραπεία — лечение) — специализированная область клинической медицины, изучающая физиологическое и лечебное действие природных физических факторов на организм человека. Физиотерапия — одно из старейших лечебных и профилактических направлений медицины.

Массаж (от санскритского корня *makch* — прикасаться, арабск. *mass* или *mosch* — сдавливать, греч. *massein*, фр. *masser* — разминать) — совокупность приемов дозированного и упорядоченного механического воздействия руками или специальными аппаратами на ткани, рефлекторные зоны, органы в виде поглаживания, растирания, растяжения, сжатия, разминания, давления, смещения, скручивания, сотрясения, встряхивания, похлопывания, поколачивания, включающего механическую деформацию и вибрацию в инфразвуковом диапазоне. Массаж проводится непосредственно на поверхности тела человека через воздушную, водную или иную (ароматические масла, лечебные гели, согревающие мази) среду, без мобилизации относительно друг друга сегментов костно-суставных структур опорно-двигательного аппарата, с профилактическими, лечебной или косметической целями.

В принципе медицинский массаж направлен не на лечение отдельных нозологических форм, а на устранение функциональных расстройств в рамках разнообразных заболеваний.

Морфологические изменения не определяют функциональную патологию ни в количественном, ни в качественном отношении — при минимальных структурных патологических нарушениях могут быть значительные функциональные расстройства, и, наоборот, грубые морфологические перестройки могут сопровождаться минимумом функциональных изменений.

Массаж решает главную задачу, которая стоит перед любым видом мануального рефлекторного лечения, — перевод отрицательных патологических рефлекторных связей в положительные физиологические путем дозированного раздражения определенных участков тела пациента. Посредством ЦНС стимулируется передача импульсов в нервных волокнах, что активизирует трофические, окислительно-восстановительные процессы, ускоряет метаболизм и реституцию нейронов, восстанавливает чувствительную и моторную функции.

Массаж оказывает благоприятное воздействие на психоэмоциональную сферу больного, приводит к релаксации, устраняет боль, нормализует гормональный фон в организме, что способствует восстановлению его функций и выздоровлению.

Пусковым механизмом лечебного действия массажа является механическое раздражение, которое передается тканям человеческого организма при помощи рук специалиста. Раздражение рецепторного поля кожи, мышцы, надкостницы, сустава формирует в центральной нервной системе ответные реакции, оказывает выраженное местное и общее действие на организм.

Нервные импульсы, распространяясь по центробежным путям на различные органы, системы и ткани организма, стимулируют или затормаживают их функцию. При дозированном воздействии в организме разворачивается целый комплекс адаптационно-компенсаторных реакций, включаются механизмы ауторегуляции. Это вызывает перестройку нейроэндокринной, гуморальной и выделительной систем; патологические рефлексы угасают, начинают формироваться физиологические нейрорефлекторные связи, что приводит к восстановлению функций, нарушенных патологическим процессом.

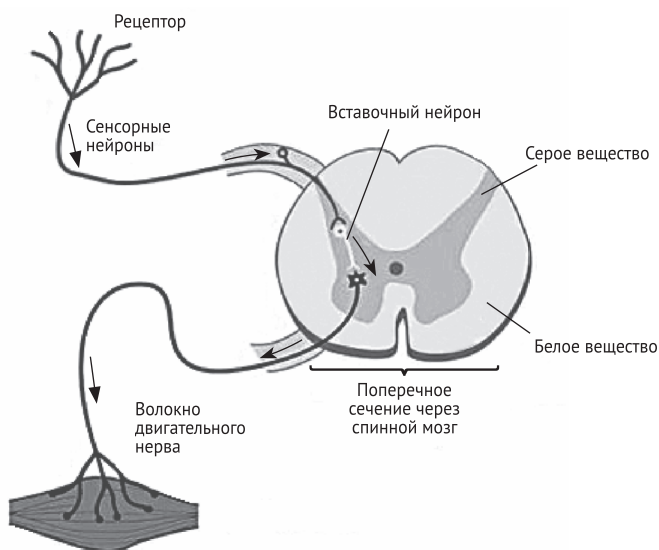


Рис. 1. Строение рефлекторной дуги

В механизме лечебного действия массажа важное значение имеют гуморальный и эндокринный факторы. Возбуждение, возникшее вследствие мануального раздражения, передается регулирующим сосудодвигательным центрам, заложенным в области продолговатого и промежуточного мозга, а затем, переключаясь на симпатические и парасимпатические нервные волокна, вызывает сосудосуживающий или сосудорасширяющий эффект, что изменяет просвет сосудов и процессы гемодинамики, в тканях образуется эндогенное тепло.

Ответные нейроэндокринные реакции приводят к выбросу в кровь и лимфу гормональных веществ — ацетилхолина, гистамина, адреналина, что увеличивает просвет капилляров и артериол, снижает артериальное давление, нормализует передачу возбуждения с нервных клеток на мышечные волокна.

Массаж нормализует состояние центральной нервной системы, усиливает ее координирующую функцию, стимулирует трофические процессы, репарацию, регенерацию и реституцию нервных волокон. В зависимости от силы и скорости нанесения раздражения массаж оказывает на нервную систему тормозное или возбуждающее действие.

Нервная система состоит из центрального и периферического отделов. К ЦНС относится головной и спинной мозг, к ПНС — аксоны нервных клеток, образующие нервные волокна, и сами нейроны, заложенные во всех органах и тканях человека.

Функционально отличают соматическую (анимальную) нервную систему, которая включает головной и спинной мозг, двигательные и чувствительные периферические нервы. В основном она служит для связи организма с внешней средой и иннервирует скелетную мускулатуру.

Вегетативная (автономная) нервная система регулирует жизненные функции (дыхание, кровообращение, функцию желез внутренней секреции, пищеварение, обмен веществ), обладает функциональной самостоятельностью, управляя организмом без участия сознания человека.

Симпатический отдел ВНС мобилизует жизнедеятельность, обуславливает процессы диссимиляции и защиты, стимулирует функцию органов и накопление энергии, оказывает общее действие на организм. Парасимпатический отдел стимулирует процессы защиты и самосохранения, обуславливает процессы ассимиляции, тормозит функции, вызывает в основном местные реакции.

В состоянии здоровья оба отдела ВНС находятся в функциональном равновесии, при нарушении этого баланса и преобладании функции одного из этих отделов возникают патологические рефлексии, которые с течением времени закрепляются, что приводит к возникновению заболевания.

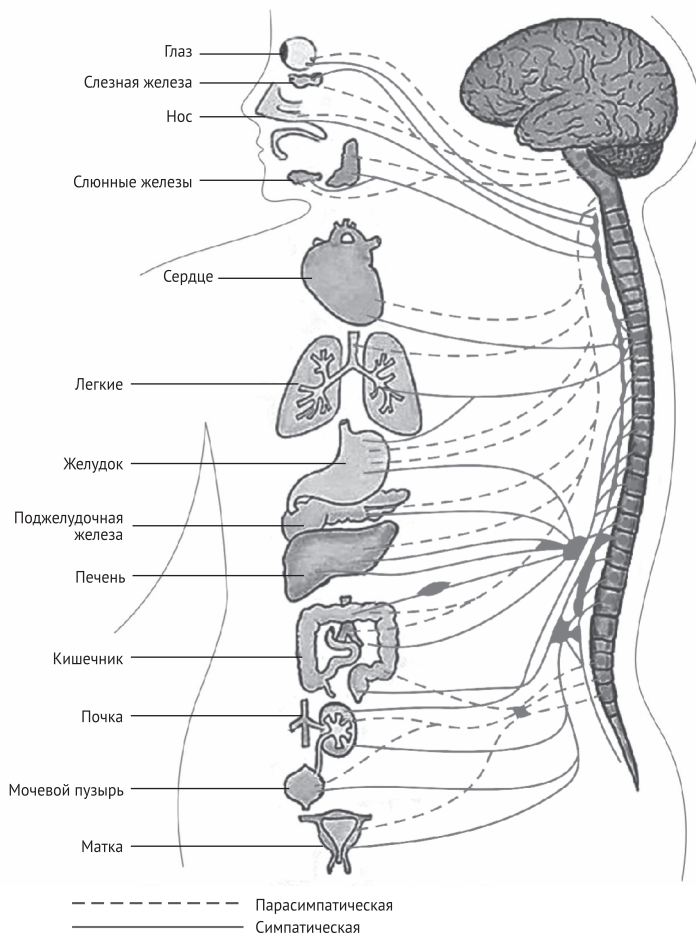


Рис. 2. *Вегетативная нервная система*

Иннервация позвоночника осуществляется ветвями спинномозговых нервов, симпатического ствола, а также нервными сплетениями, находящимися на стенках сосудов, кровоснабжающих отделы позвоночника. У человека имеется 31 пара спинномозговых нервов и, соответственно, 31 пара сегментов спинного мозга. Анатомический комплекс, состоящий из двух позвонков, одного межпозвоночного диска, двух соответствующих дугоотростчатых суставов и связок, пары спинномозговых нервов, расположенных на данном уровне, составляет **позвоночный двигательный сегмент** — ПДС.

Различаются сегменты по отделам позвоночника: 8 шейных, 12 грудных, 5 поясничных, 5 крестцовых и 1 копчиковый.

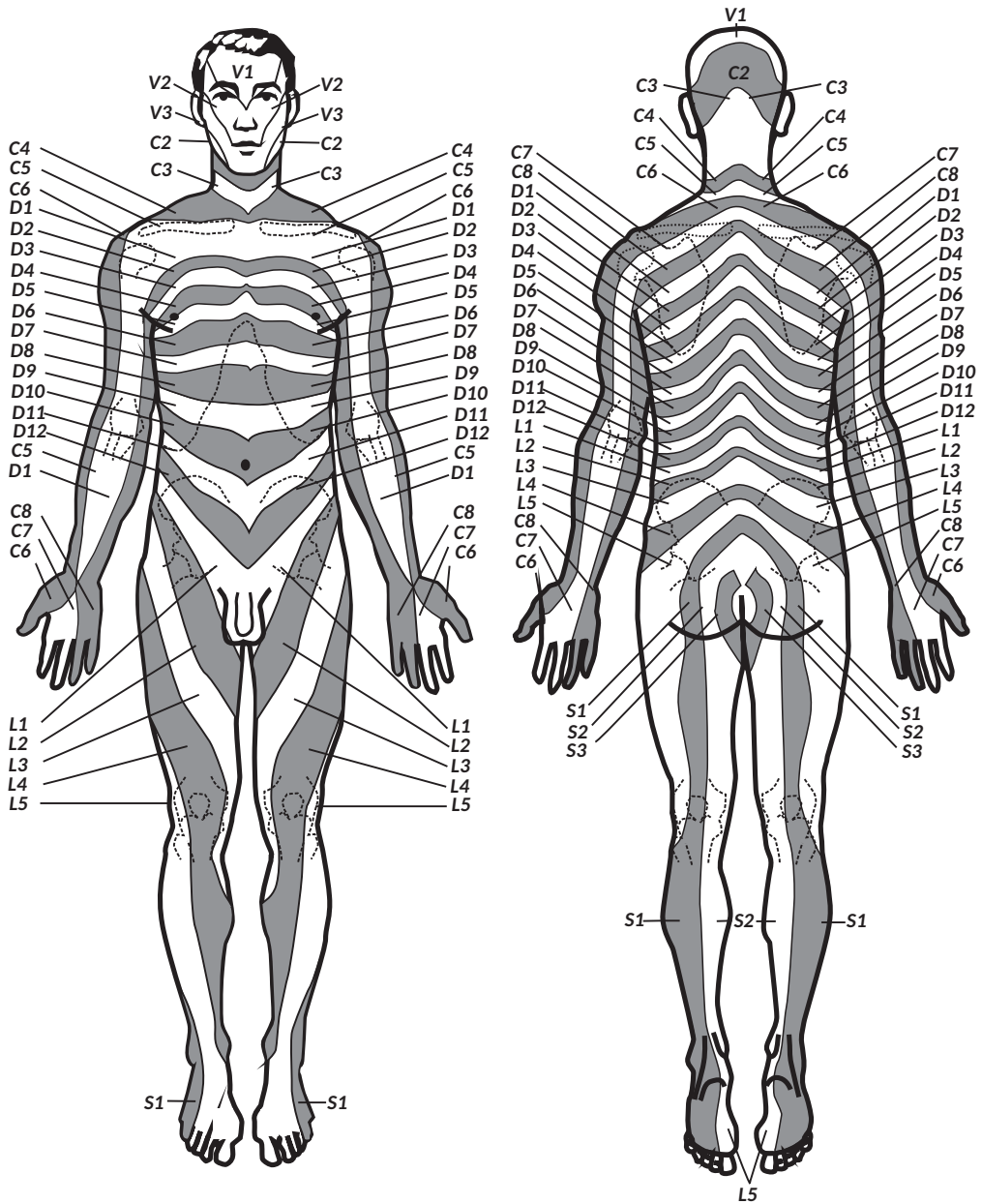


Рис. 3. Зоны иннервации спинномозговых сегментов

Зоны иннервации спинномозговых сегментов

C1: мелкие мышцы затылка.

C2 — C3: кожа — области затылка, задней поверхности шеи, под нижней челюстью выше и ниже подъязычной кости, между грудино-ключично-сосцевидными мышцами и до рукоятки грудины; мышцы — диафрагма, трапециевидная, мышцы, лежащие выше и ниже подъязычной кости.

C3 — C4: легкие, бронхи, сердце (слева), желудок, селезенка, поджелудочная железа, двенадцатиперстная кишка, печень (справа), желчный пузырь; диафрагма.

C4: кожа — затылка, задней и боковой поверхностей шеи, области грудино-ключично-сосцевидной мышцы и в надключичной ямке; мышцы — подниматель лопатки, диафрагма, трапециевидная, ромбовидная, надостная, подостная, грудино-ключично-сосцевидная.

C5: кожа — задней поверхности шеи, передних поверхностей надплечий, дельтовидной области и плеча, области локтевого сгиба, ладонной поверхности предплечья и под ключицей; мышцы — шеи, дельтовидная, двуглавая плеча, супинатор, сгибатели кистей и пальцев, большие и малые грудные.

C6: кожа — задней поверхности шеи, верхней поверхности надплечий, наружных поверхностей дельтовидной области плеча и предплечья, включая большой палец; мышцы — шеи, надплечий, большие и малые грудные, широчайшая, дельтовидная, подлопаточная, трехглавая плеча, плечелучевая, круглый пронатор.

C7: кожа — задних поверхностей шеи, надплечий, дельтовидной области и руки, включая II и III пальцы, области надостной ямки; мышцы — задней поверхности шеи, лопатки, дельтовидная, трехглавая, широчайшая, разгибатели кисти и пальцев.

C8: кожа — задней поверхности шеи, верхней части спины, надостной и подостной ямок, подмышечной впадины, внутренней поверхности руки, включая IV и V пальцы; мышцы — трапециевидная, крестцово-остистая, подниматель лопатки, ромбовидная, верхняя задняя зубчатая, лопатки, сгибатели и разгибатели пальцев.

D1: кожа — спины и лопатки, подмышечной впадины под ключицей, передневнутренней поверхности руки до лучезапястного сустава; мышцы — межреберные, ромбовидная, паравертебральные, верхняя задняя зубчатая, лопатки, трапециевидная, большие и малые грудные, мелкие мышцы кисти и пальцев.

D1 — D3: легкие и бронхи.

D1 — D5: сердце слева.

D2 — D6: кожа — верхних половин спины и груди; мышцы — межреберные, большие и малые грудные, передняя зубчатая, лопатки, задняя верхняя зубчатая, крестцово-остистая, широчайшая, трапецевидная, ромбовидная.

D7 — D12: кожа — нижней половины спины, нижненааружной поверхности грудной клетки и области живота; мышцы — межреберные, задняя нижняя зубчатая, квадратная поясницы, паравертебральные, широчайшая, брюшного пресса, подвздошно-поясничная.

D5 — D11: желудок слева.

D6 — D10: двенадцатиперстная кишка справа.

D7 — D9: поджелудочная железа слева.

D8 — D10: селезенка слева.

D8 — D11: печень справа и желчный пузырь.

D9 — L2: кишечник.

D10 — L2: почки.

D12 — L3: яичники у женщин и яички у мужчин.

L1: кожа — области поясницы, нижней части живота наружных половых органов, области паховой складки и верхней (две трети) внутренней поверхности бедра; мышцы — подвздошно-поясничная, квадратная поясницы, паравертебральные, широчайшая, нижней части брюшного пресса, приводящие бедро.

L2: кожа — области поясницы, над гребнем подвздошной кости, ягодич, вдоль портняжной мышцы; мышцы — паравертебральные, подвздошно-поясничная, квадратная поясницы, широчайшая, большая ягодичная, портняжная, нежная четырехглавая бедра.

L3: кожа — области поясницы, ягодич, на бедре параллельно портняжной мышце, внутренней (две трети) голени; мышцы — подвздошно-поясничная, квадратная поясницы, паравертебральные, широчайшая, ягодичные, четырехглавая бедра, приводящие бедро, икроножная, камбаловидная.

L4: кожа — области поясницы и крестца, ягодич, области большого вертела, задней наружной и передней поверхностей бедра, передней поверхности коленного сустава, передневнутренней поверхности голени и внутреннего края стопы; мышцы — пояснично-крестцовой области, ягодичные, задней группы бедра, напрягающая широкую фасцию бедра, четырехглавая бедра, икроножная, камбаловидная.

L5: кожа — области поясницы и крестца, ягодичной области, задней наружной поверхности бедра, наружной поверхности коленного сустава, передненаружной поверхности голени и тыла стопы; мышцы — переднелатеральной группы голени.

S1: кожа — области крестца, вдоль межъягодичной складки, задней поверхности бедра, подколенной ямки, задней поверхности голени и подошвы; мышцы — большая ягодичная, грушевидная, передние и задние большеберцовые, полусухожильные, полуперепончатые, двуглавая бедра, икроножная, камбаловидная, подошвы.

S2: кожа — области крестца, межъягодичной и подъягодичной складок, ягодич, заднепередней поверхности бедра, голени и подошвы, подколенной ямки; мышцы — ягодичные, задней группы бедра и голени, сгибатель большого пальца.

S3: кожа — области крестца, промежности; мышцы промежности.

S4 — S5: кожа — крестца и области ануса.

Массаж решает главную задачу, которая стоит перед любым видом мануального рефлекторного лечения, — перевод отрицательных патологических рефлекторных связей в положительные физиологические путем дозированного раздражения определенных участков тела больного. Мануальное воздействие на ткани не должно превышать пороговой боли и вызывать рефлекторное напряжение мышц.

В противном случае возникают неблагоприятные вегетативные, гуморальные и эндокринные реакции, проявляющиеся спазмом гладкой мускулатуры сосудистой стенки и внутренних органов, нарушениями сердечной деятельности и коронарного кровотока, изменением артериального давления; повышается содержание в крови адреналина, гистамина, глюкозы; снижается мышечная активность; нарушается свертываемость крови.

Дозированное применение массажа улучшает функцию коры головного мозга и подкорковых структур, нормализует проводимость нервного волокна, восстанавливает сниженные или утраченные рефлексы, усиливает трофические функции и процессы метаболизма в организме больного через высшие вегетативные центры, заложенные в области гипоталамуса, продолговатого и промежуточного мозга, восстанавливает нарушенные взаимоотношения между симпатическим и парасимпатическим отделами ВНС.

Для более глубокого понимания лечебного действия массажа необходимо обратить внимание на сегментарные взаимоотношения между патологическим очагом и рефлекторными изменениями в окружающих тканях. Воздействие на патологический очаг специальными массажными манипуляциями оказывает свое терапевтическое действие, что способствует нормализации функций.

На основании анатомических соотношений можно считать, что определенные участки поверхности тела (кожа, подкожная клетчатка, соединительная ткань, мышцы, сосудистая стенка, надкостница) посредством нервной системы связаны с определенными внутренними органами. Поэтому на любой патологический процесс в соответствующих тканях включается сегментарно связанный с ним внутренний орган, и, наоборот, при поражении внутреннего органа патологические изменения возникают в сегментарно связанных с ним покровных тканях, что подтверждается многочисленными клиническими наблюдениями.

Для специалиста по медицинскому массажу крайне необходимо понимать и хорошо знать рефлекторные взаимоотношения между кожей и внутренними органами (зоны Захарьина — Геда), мышцами и внутренними органами (зоны Маккензи), интермиогенные (межмышечные) и межорганные (висцеро-висцеральные) связи. Это нужно для эффективной работы, так как через рефлекторные зоны можно воздействовать не только на сам патологический очаг, но и устранять причину его возникновения.

Массаж оказывает многостороннее воздействие на все жизненно важные функции организма, формируя взаимосвязанные общие и местные ответные реакции. Мануальные раздражители изменяют течение нейрогуморальных и нейроэндокринных процессов в организме человека, что включает аутоиммунные механизмы саморегуляции и вырабатывает формирование физиологической компенсации нарушенных функций.

Медицинский массаж направлен на лечение пациентов с функциональной (обратимой) патологией, которая определяется как ограничение параметров функционального барьера. В результате массажа изменяется не структура, а функция.

В итоге можно констатировать, что в основе лечебного действия массажа лежат регулируемые высшими отделами ЦНС нейрогуморальные и нейроэндокринные процессы, пусковым механизмом которых является мануальное воздействие. Раздражение механорецепторов распространяется по нервным путям в ЦНС на различные отделы головного и спинного мозга, что вызывает ответные генерализованные реакции организма рефлекторного характера.

В результате происходит мобилизация адаптационно-компенсаторных механизмов ауторегуляции и иммунитета, формируется физиологическая компенсация нарушенных функций, что позволяет эффективно применять массаж для профилактики и лечения различных заболеваний.