

Классический массаж



Классический массаж – один из самых современных методов лечения и профилактики множества заболеваний. Классический массаж не только снимает боль, отеки, спайки, нормализует функции органов и систем, но и ускоряет процессы регенерации травмированных тканей, восстанавливает тонус мышц, повышает работоспособность костно-мышечной системы, укрепляет суставно-связочный аппарат, оказывая общеукрепляющее действие на организм. По сути классический массаж – это ручной массаж всей поверхности тела (общий массаж) или же отдельных его зон (локальный массаж).

В зависимости от длительности воздействия и прикладываемой силы классический массаж может носить как расслабляющий, так и тонизирующий характер. Классический массаж включает в себя выполнение четырех основных приемов – поглаживание, растирание, вибрация, разминание. Классический массаж может проводиться как против тока лимфы, так и по ходу движения лимфы в сосудах, нюансы всегда определяет врач, исходя из показаний для конкретного пациента. Вспомогательные приемы классического массажа – это валание, сдвигание, подергивание и пр.

Для лучшего скольжения рук массажиста обычно используются специальные массажные масла (иногда ароматические) или лосьоны. Классический массаж – отличное средство для укрепления здоровья, расслабления тела, поднятия общего уровня функционального состояния организма, профилактики заболеваний. При процедуре классического массажа выводятся продукты распада, шлаки и токсины, расщепляются жиры, кожа, разглаживается, становясь

упругой и эластичной, уменьшаются проявления целлюлита. Классический массаж уже давно используется специалистами в качестве удачного дополнения к другим физиотерапевтическим процедурам – бальнеотерапии, талассотерапии, пилингам, обертывания, маскам.

Особенно заметный эффект классический массаж оказывает при прохождении курсов 2-3 раза в год. Показания к классическому массажу Классический массаж – физиотерапевтическая процедура, необходимая абсолютно каждому здоровому человеку для профилактики. Разумеется, для пациентов классический массаж в зависимости от заболеваний, пола, возраста, состояния нервной системы, общего состояния здоровья просто необходим.

Необходимо помнить, что подход к каждому пациенту должен быть строго дифференцированным. Так, пожилым и ослабленным людям специалисты-физиотерапевты уделяют особое внимание, помня о том, что для них сеансы классического массажа могут быть мене длительными и интенсивными, не все массажные приемы им могут быть показаны.

Общие показания к классическому массажу:

• заболевания сердечно-сосудистой системы • заболевания органов дыхания • травмы, заболевания опорно-двигательного аппарата • заболевания и повреждения нервной системы • заболевания органов пищеварения вне фазы обострения • воспалительные заболевания мужских и женских половых органов в подострой и хронической стадии развития • болезни уха, горла, носа • нарушения обмена веществ

Противопоказания к классическому массажу:

• гнойные процессы любой локализации • заболевания кожи и подкожной клетчатки инфекционной, грибковой и невыясненной этиологии • аллергии с геморрагическими и другими высыпаниями • отек Квинке • туберкулез • венерические заболевания • остеомиелит • острые лихорадочные состояния, воспалительные процессы, их сопровождающие • желче- и мочекаменная болезнь • заболевания крови • лимфаденит, лимфангит • острое воспаление • тромбоз • менструация • беременность (особенно в последний месяц в положении лежа на животе) • значительное варикозное расширение вен • злокачественные и доброкачественные опухоли • ОРЗ и в течение 3-5 дней после перенесенного острого периода • воспаление сосудов (ангиитах и тромбоангиитах) • кровотечения и склонность к ним

ВАЖНО: При некоторых из перечисленных заболеваний по определенным показаниям массаж может проводиться, но обязательно по согласованию с лечащим врачом.