

УДК 615.82

СЕГМЕНТАРНО-РЕФЛЕКТОРНИЙ МАСАЖ

А.А. Гирина¹, М.М. Микула²

¹Житомирський державний університет імені Івана Франка, вул. В. Бердичівська, 40, Житомир, 10008, Україна

²Національний медичний університет ім. О.О. Богомольця, бульвар Т. Шевченка 13, м. Київ, 01601, Україна

Травми й захворювання, що виникають на тлі хронічної втоми, знижують працездатність і заважають повноцінному життю людини. Тому необхідно використовувати всі сучасні засоби відновлення, що сприяють усуненню втоми й профілактиці травматизму. Одним з таких засобів є сегментарно-рефлекторний масаж [5].

Організм людини – єдине ціле, і будь-яке захворювання, незалежно від локалізації, є не місцевим процесом, а хворобою всього організму. Патологічний процес викликає рефлекторні зміни в тих сегментах, які іннервуються відповідними сегментами спинного мозку [1]. Такі рефлекторні зміни можуть виникати в різних тканинах (сполучній, м'язовій, кістковій та ін.) і зонах тіла. Для того, щоб усунути подібні зміни, існує рефлекторно-сегментарний масаж. Деколи при проведенні цієї процедури відбувається проектування больових відчуттів на ті ділянки тіла, які віддалені від ураженого органу. Ці зони називаються сегментними. Це — ділянки шкіри у вигляді смуг, що охоплюють тіло від середньої лінії спереду до середньої лінії ззаду. Розрізняють такі сегменти спинного мозку: 8 шийних (С1-С8.); 12 грудних (D1-D12); 5 поперекових (L1-L5); 5 крижових (S1-S5) [4]. У процесі розвитку кожному сегменту тіла відповідає спинномозковий нерв. Таким чином, кожен спинномозковий нерв пов'язаний з тією чи іншою ділянкою шкіри. При наявності патологічного процесу в тому чи іншому внутрішньому органі має місце порушення кровопостачання відповідного сегмента. Подібний зв'язок свідчить про єдність функціонування цих частин [5].

В основі терапевтичного ефекту сегментарно-рефлекторного масажу лежать рефлекторні явища нервової системи, які переривають рефлекторну дугу, що підтримує захворювання, і впливають на вегетативну нервову систему, ендокринні органи, серцево-судинну систему, обмін речовин, гіпоталамус, кору великого мозку. Рефлекторно-сегментарний масаж має більший регулюючий та нормалізуючий вплив на внутрішні органи, обмінні процеси, секреторну діяльність та інші функції організму, ніж класичний масаж [3].

Залежно від характеру та локалізації патологічного процесу, а також від характеру рефлекторних змін у тканинах, було створено багато видів сегментарно-рефлекторного масажу, завдяки яким шляхом впливу на рефлекторно змінені патологічним процесом тканини (шкіра, підшкірна основа, окістя, м'язи тощо) досягають зворотних реакцій, що прискорює видужання. Їх назва нерідко залежала від тканин, які підлягають переважному впливу або від методів впливу на них (сегментарний, сполучнотканинний, періостальний, точковий та інші). Найбільш поширеним є сегментарний масаж.

Показання до проведення.

Подібний вид впливу на тіло пацієнта рекомендується застосовувати за тими ж показаннями, що і класичний. Однак особливість даної процедури, яка полягає в її рефлекторному впливі на тканини, значною мірою розширює межі її використання. Отже, патології або причини сегментарного масажу:

- функціональні або хронічні недуги внутрішніх органів;
- порушення у функціонуванні вегетативної і ендокринної систем;
- функціональні та хронічні ревматичні патології суглобів і хребта;

- порушення кровопостачання.

Протипоказання. Сегментарно-рефлекторний масаж неприпустимо використовувати при:

- гнійно-запальних і гострих процесах, для усунення яких необхідно термінове хірургічне втручання;

- інфекційних захворюваннях загального характеру, які супроводжуються високою температурою;

- психічних захворюваннях;

- набряках, свербіжі і запальних процесах шкіри;

- венеричних захворюваннях;

- важких травмах і переломах опорно-рухового апарату;

- онкологічних захворюваннях.

Загальні рекомендації. Сегментарний масаж вимагає дотримання певних правил:

1. Кожен із прийомів повинен бути проведений м'яко, ритмічно і без будь-яких різких рухів.

2. При призначенні курсу сегментарного масажу повинна бути врахована стадія наявного у хворого патологічного процесу.

3. Під час процедури заборонено застосовувати змащувальні засоби, так як вони знизять чутливість тканин.

4. Виконанням процедури можна зайнятися лише після вивчення фізіології та анатомії людини.

5. За своєю тривалістю сеанс сегментарного масажу не повинен бути менше двадцяти хвилин.

6. Перед початком маніпуляцій пацієнт повинен бути сповіщений про ті відчуття, які його очікують під час і після сеансу.

7. Початковий вплив необхідно проводити на тих ділянках, які лежать недалеко від уражених сегментів.

8. Зусилля масажиста під час сеансу повинні зростати в напрямку від поверхневих до глибинних шарів тканини.

9. Правильно проведений сегментарний масаж викликає потепління і почервоніння шкіри, відчуття розслабленості і легкості, а також знімає хворобливі відчуття [2].

Підсумовуючи вищесказане, хочеться додати, що в більшості випадків сегментарний масаж сприяє покращенню венозного кровообігу, що не тільки значно полегшує роботу серцевого м'яза, а й покращує живлення всіх органів людського організму. А також впливаючи на певну ділянку за допомогою масажних прийомів, усуваються патологічні зміни, а отже і покращується стан хворих органів.

Література

1. Бирюков А.А. Лечебный массаж: Учебник для студ. высш. учеб. заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2004. – 368 с.

2. Вагнер, Ф. Точечный массаж на каждый день / Франц Вагнер; пер. с нем. А.Анваера. – М.: АСТ: Астрель, 2010. - 95,[1] с: ил.

3. Васичкин В.И. Большой справочник по массажу. – СПб.: Невская книга, М.: Изд-во Эксмо, 2004. – 448 с, илл.

4. Універсальна енциклопедія лікувального й оздоровчого масажу. – Донецьк: ТОВ «ВКФ «БАО», 2011. – 432с.,8 арк.іл.: іл.

5. Руденко Р. Є. Масаж : навч. посіб. / Романна Руденко. – Л.: Сплайн, 2013. – 304 с.

6. Фокин В. Н. Полный курс массажа: Учебное пособие. – 2е изд., испр. и доп. / В. Н. Фокин. – М.: ФАИР. ПРЕСС, 2004. – 512 с: ил.