

УДК 364-786:616.831-005.1

Маляренко Ю.О.¹, Кабарухін В.В.²

¹ канд. мед. наук, доц. НУ «Запорізька політехніка»

² студ. гр. УФКС-219м НУ «Запорізька політехніка»

ЛІКУВАЛЬНИЙ МАСАЖ ПРИ АТЕРОСКЛЕРОЗІ СУДИН ГОЛОВНОГО МОЗКУ

Масаж - метод оздоровлення, підвищення працездатності, лікування та профілактики захворювань, а також реабілітації, що являє собою сукупність прийомів механічного дозованого впливу на різні ділянки поверхні тіла, які виконуються руками масажиста або спеціальними апаратами чи пристосуваннями [2].

Атеросклероз – це хронічне ураження стінки артерій, яке характеризується накопиченням у внутрішній стінці артерій ліпопротеїнів і холестерину, реактивним розростанням сполучної тканини з утворенням фіброзних бляшок, наступним їх розривом, тромбозом [2].

При атеросклерозі судин головного мозку констатується хронічна недостатність мозкового кровообігу. Проявляється вона головним болем, шумом у вухах, зоровими порушеннями, підвищеною втомлюваністю, зниженням пам'яті [1].

Завдання масажу: покращити кровообіг в басейні хребтових, основних та внутрішніх сонних артерій [1].

Показання до призначення масажу: атеросклероз судин головного мозку при хронічній недостатності мозкового кровообігу I стадії [1].

Методика масажу: Положення хворого – сидячи за масажним столиком, голова спирається на підголівник або руки пацієнта. Масажист – позаду хворого. Обхоплююче погладжування задньої та бічних шийних ділянок послідовними чи симетричними рухами від потилиці до надпліччя і далі до підключичних і пахвових лімфатичних вузлів. Спіралеподібне розтирання

пальцями потиличної ділянки в напрямку від соскоподібного відростка до зовнішньої потиличної горбистості і навпаки. Розтирання задньої та бічних лопаткових ділянок долонними поверхнями пальців прямолінійне, спіралеподібне. Розтирання пальцями остистого відростка 7 шийного хребця «сонечком». Розминання трапецієподібного м'яза за ходом його волокон: верхніх – від каркової лінії до лопаткової ості, країв – поздовжнім та поперечним розминанням. Щипцеподібне розминання груднинно-ключично-соскоподібних м'язів. Закінчують погладжуванням задньої та бічних поверхонь шиї [1].

Масаж підключичних ділянок. Погладжування пальцями підключичних ділянок від груднини до плечових суглобів. Спіралеподібне розтирання пальцями у цих же напрямках. Розминання натискуванням та зміщенням великих грудних м'язів, країв – поздовжнім та щипцеподібним розминанням, погладжування підключичних ділянок [1].

Масаж голови. Площинне та обхоплююче погладжування голови поверх волосся долонними поверхнями кистей від лобової до потиличної ділянки. Прямолінійне та спіралеподібне погладжування пальцями лобової ділянки симетричними рухами рук від середини лоба назовні, до скроневих ділянок. Погладжування пальцями від перенісся догори, до волосистої частини голови, послідовними рухами рук. Граблеподібне погладжування, розтирання прямолінійне і спіралеподібне голови в напрямку від тім'я до завушних ділянок. Спіралеподібне розтирання пальцями завушних ділянок. Розминання граблеподібним натискуванням та зміщення надчерепного м'яза. Ніжне зміщення м'яких тканин голови у фронтальній та сагітальній площинах. Закінчують погладжуванням голови в напрямку від лобової до потиличної ділянки. Усі прийоми виконуються ніжно, без різких рухів та натискувань, під контролем самопочуття та артеріального тиску хворого [1].

Тривалість. Процедура масажу – 15 – 20 хв. Курс лікування – 15-20 процедур щоденно або через день [1].

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Вакуленко Л.О. Лікувальний масаж/ Л.О. Вакуленко, Г.В. Прилуцька, Д.В. Вакуленко. – Тернопіль: Укрмедкнига, 2005. – 448 с.
2. Корольчук А.П. Масаж загальний і самомасаж: навчально-методичний посібник для студентів факультету фізичного виховання і спорту / А.П. Корольчук, А.С. Сулима. – Вінниця: 2018. – 124 с.