



Bhp masażysty

Joanna Piętoń

Kto może być masażystą???

- Masaż jest zabiegiem leczniczym wymaga, od terapeuty biegłej znajomości podstaw anatomii czynnościowej opisowej, fizjologii, patologii, biomechaniki narządów ruchu i psychologii.
- Masaż może wykonywać:
 - technik fizjoterapii,
 - licencjonowany fizjoterapeuta,
 - mgr fizjoterapii,
 - wykwalifikowany masażysta po szkole dla niewidomych,
 - uczestnik kursu masażu z dyplomem ukończenia.

Cechy dobrego masażysty

- cierpliwość
- - zrównoważenie (spokojny),
- - wyrozumiałość i umiejętność słuchania
- - umiejętność w nawiązywaniu kontaktu z pacjentem
- - umiejętność wzbudzania zaufania pacjentów,
- - **sprawny fizycznie i manualnie!!!**
- - dyskrecja
- - ogólnie zdrowy,
- - powinien formułować zdania wyraźne, jasno i zrozumiale,
- - od masażysty wymagana jest umiejętność sprawnej obserwacji reakcji miejscowych i ogólnych na wykonywany zabieg

Przeciwwskazania do zawodu

- - choroby skóry,
- - padaczka,
- - zaburzenia statyczne,
- - żylaki KKD,
- - płaskostopie,
- - skolioza,
- - schorzenia alergiczne,
- - astma oskrzelowa,
- - niewydolność układu krążenia,
- - wady serca,
- - stany wzmożonego lub obniżonego napięcia nerwowego,
- - nadmierna potliwość rąk,
- - choroby psychiczne.

Bhp rąk masażysty

- **Skóra** rąk masażysty powinna być **czysta bez zmian chorobowych**
- **paznokcie** krótko **obcięte**.
- **Przed i po** zabiegu **ręce** powinny być **dobrze umyte** ciepłą, bieżącą wodą,
- należy je również **każdorazowo dezynfekować** i okazjonalnie natłuszczać.
- Masażysta podczas zabiegu **nie powinien nosić zegarka i biżuterii**
- w przypadku **zranienia dłoni**, wykonując masaż masażysta powinien skorzystać z **jednorazowych rękawiczek**
- Jeżeli na skórze pacjenta występują zmiany wzbudzające wątpliwości masażysty, ma on prawo użyć do masażu rękawiczek jednorazowych lub odmówić wykonania zabiegu

Wygląd masażysty

- **Strój masażysty** powinien być:

- - wygodny i swobodny,
- - dwuczęściowy, płócienny.

- Obuwie zmienne, wygodne

- Wygląd masażysty:

- schludny,
- włosy spięte,
- strój czysty.

Ergonomia pracy – czyli jak pracować, żeby sobie nie szkodzić.

- Zawód masażyisty jest zawodem fizycznym więc wymaga wielkiej uwagi i poszanowania własnego ciała, tak aby mogło przez długie lata znosić obciążenia związane z zawodem
- Dla ułatwienia masażu stosujemy środki poślizgowe również, aby nie dopuścić do podrażnienia skóry pacjenta
- Podczas zabiegu masażyista powinien unikać długotrwałych obciążeń statycznych w pozycjach wymuszonych (np. pochylanie się, praca jednorącz).
- Czas pracy masażyisty 8 godzin (praca dwuzmianowa).

Przygotowanie pacjenta do zabiegu masażu

- Sprawdzić czy chory posiada skierowanie na zabieg.
- Ustalić czy nie ma przeciwwskazań do zabiegu.
 - Przeprowadzić skuteczny wywiad z pacjentem
- Określić cel i zadania zabiegu.
 - Ustalić oczekiwania i nadzieje pacjenta
 - Wyznaczyć cel zabiegu
 - Poprowadzić diagnostykę, tak aby nie pominąć żadnych istotnych objawów

Zalecenia przed masażem

- **Przed masażem pacjent powinien:**

- wziąć natrysk higieniczny,
- opróżnić pęcherz moczowy,
- Odsłonić obszar ciała zlecony do masażu
- przebrać się w odpowiedni strój, jeśli wymaga tego specyfika masażu
- oczyścić skórę
- usunąć nadmierne owłosienie, jeśli masaż tego wymaga np. izometryczny
- zdjąć ozdoby metalowe,
- wyrazić zgodę na masaż.

Zalecenia dla pacjenta w trakcie zabiegu

- słuchać zaleceń masażysty
 - Umożliwić masażystie swobodny dostęp do masowanego miejsca
 - W miarę możliwości nie krępować się i rzeczowo odpowiadać na pytania
- rozluźnić się i odprężyć
- Informować terapeutę o niepokojących odczuciach

Zalecenia po masażu

- nie wstawać zbyt gwałtownie,
 - Najpierw do pozycji leżenia bokiem
 - Później do pozycji siadu ze spuszczone nogami – posiedzieć kilka minut
 - Dopiero spokojne zejście z leżanki
- odpocząć przez 20-30 minut w pokoju,
- Nie oziębzać masowanej części ciała
- zapobieganie zapaleniu mieszków włosowych poprzez natłuszczenie

Gabinet masażu

- Masaż można wykonywać przyłóżkowo (głównie w szpitalach i klinikach) oraz w gabinecie masażu lub na wydzielonym do tego stanowisku w gabinecie fizjoterapeutycznym
- gabinet masażu suchego – klasycznego,
- gabinet masażu podwodnego, wirowego,
- gabinet masażu przyrządowego.

Gabinet masażu

- każdy z gabinetów może być jedno- lub wielostanowiskowy,
- środowiska zabiegowe powinny być oddzielone parawanami lub stałymi ściankami działowymi,
- na jedno stanowisko zabiegowe przypada 6m^2 , natomiast jednostanowiskowe pomieszczenie do masażu powinno mieć ok. $12\text{-}16\text{m}^2$

Gabinet masażu - wyposażenie

- gabinet musi być wyposażony w umywalkę z bieżącą wodą obłożoną dookoła kafelkami
- przy gabinecie masażu mokrego powinien znajdować się natrysk,
- podłoga zmywalna,
- pomieszczenie dostatecznie oświetlone – oświetlenie naturalne i sztuczne
- wentylacja naturalna i sztuczna,
- temperatura powietrza: 20-22^o,
- wilgotność powietrza 40-60%,
- powierzchnia okien: minimum 10% wielkości gabinetu.

Wypożażenie gabinetu masażu - sprzęt

- stół do masażu (z regulacją wysokości)
- dodatkowe wyposażenie stołu, które stanowią różnej wielkości i kształtu wałki, półwałki, kliny oraz poduszeczki z gąbki obszytej materiałem,
- krzesło i taboret o regulowanej wysokości,
- biurko na dokumentację zabiegową,
- szafka na środki chemiczne (szklana, zamykana),
- szafki na fartuchy, prześcieradła, ręczniki, koce itp.,
- kubły na brudne materiały,
- szafa dwukomorowa na garderobę osobistą i służbową,

Dokumentacja

- Masażysta jest zobowiązany do prowadzenia rzetelnej dokumentacji medycznej pacjentów
- Karty pacjentów powinny być przechowywane w przeznaczonych do tego szafie, katalogowane i systematycznie uzupełniane

