

Шымкент медицина институты

# СӨЖ

*Тақырыбы:* Емдік массаждың  
негізгі тәсілдері

Қабылдаған: Бозжигитова Г.С.

Орындаған: Қалибек И.А.

Тобы: ЖТД-502

Шымкент-2018

# ЖОСПАР

- **I. Кіріспе**
- **II. Негізгі бөлім:**
  - Сипалау
  - Сылау
  - Мыжғылау
  - Діріл
- **III. Қорытынды**
- **IV. Пайдаланылған әдебиеттер**

# I. КІРІСПЕ

- Қазіргі таңда емдік массаж әр түрлі аурулар мен жарақаттар салдарынан бұзылған организм функцияларын қалпына келтіру мақсатында қолданылатын, жеке емдеу әдістерінің бірі болып табылады. Ол емханаларда, стационарларда, санаторийлерде және т.б. емдік-профилактикалық мекемелерде кеңінен қолданылады.

# ЕМДІК МАССАЖДЫҢ ТӘСІЛДЕРІ:

Емдік массажда 4 массаждық тәліл қолданылады:

- ◎ Сипалау (поглаживание);
- ◎ Сылау (растирание);
- ◎ Мыжғылау (разминание);
- ◎ Вибрация.



## Сипалау

Әр түрлі күш түсірулерсіз және теріде қыртыс жасамай массажисттің қолы пациенттің тері жамылғысында сырғыту арқылы жасалады. Бұл процедура басталғанда тактильді комфорт орнату үшін және соңында бұлшықеттерді босаңсыту үшін қолданылатын негізгі әдіс болып табылады.

### *Физиологиялық әсері:*

- Тыныштандырады;
- ОЖЖ-не әсер етеді;
- Лимфа айналымын реттейді, айналымды 6-8 есеге дейін жылдамдатады, соның әсерінен ісіну жойылады;
- Қанайналымды жақсартып, соңғы өнімдердің ағзадан шығуын жылдамдатады;
- Ұзақ жасалса, ауырсынуды басады;
- Захарьин-Гед зонасына әсер етіп, рефлекторлы әсер етеді.

- Сипалаудың негізгі әдістері

- **Тегіс беткейлік сипалау**

- Спазмды жояды;

- Ұзақ қолданғанда ауырсынуды басады.

- **Тегіс терең сипалау**

- Лимфаайналымды жылдамдатады.

- **Қамтитын үзіліссіз сипалау**

- Лимфостазды, ісікті жояды.

- **Қамтитын үзілмелі сипалау**

## Сылау

Бұл кезде массажист қолы тері бетінде сырғымайды, қолдың бағытталған жағының алдыңғы жағында тері қатпарын түзе отырып, теріні әр түрлі бағытта қозғалтады. Пациентте жергілікті температура 2-3 градусқа жоғарылап, гиперемия пайда болады.

Сылауды саусақтардың, алақан негізінің, тенордың, гипотенордың, шынтақ буынының, фалангалық буындардың көмегімен жасауға болады.



# Сылаудың негізгі әдістері:

- Саусақтармен сылау
- Алақан негізімен сылау
- Шынтақпен сылау
- Жұдырықпен сылау
- Алақан беткейімен сылау



# Мыжғылау

Бұлшықеттерге әсер ететін негізгі әдіс. Жеке бұлшықет талшықтарына да әсер ете алады.

- **Негізгі әдістері:**
- Бойлық мыжғылау
- Көлденең С-тәрізді мыжғылау

# Вибрация

Массаж жасалатын аумаққа әр түрлі күштегі және жиіліктегі қозғалыстар арқылы әсер ету. Үзіліссіз және үзілмелі түрлері ажыратылады.

## Үзілмелі вибрация

Әдістері.

1. Саусақтық душ (пунктирлеу),
2. Шапалақтау,
3. Шабу;
4. Қағу;
5. Сабау, қамшылау.

## Үзіліссіз вибрация

Әдістері:

1. Шайқау;
2. Сілқу.



**Рис. 13. Массажная операция поглаживания верхних конечностей.**



**Рис. 14. Массажная операция растирания верхних конечностей.**



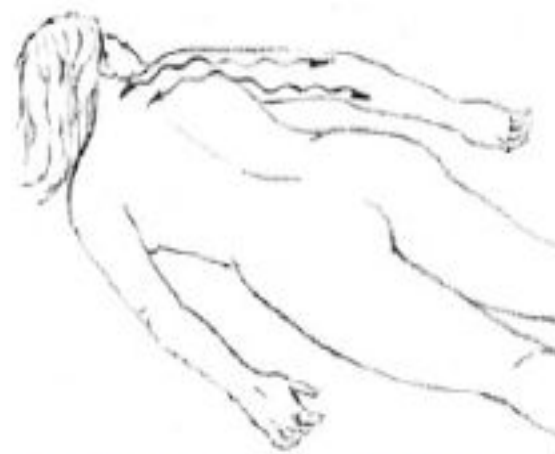
**Рис. 15. Массажная операция спиралевидного разминания кончиками пальцев верхних конечностей.**



**Рис. 16. Массажная операция кругового разминания основанием ладони верхних конечностей.**



**Рис. 17. Массажная операция двойного кольцевого разминания верхних конечностей.**



**Рис. 18. Массажная операция вибрации верхних конечностей.**

# IV. ПАЙДАЛАНЫЛҒАН ӘДЕБИЕТТЕР

- Н.И. Аверьянова, И.А. Шипулина “Основы физиотерапии” 2007
- <https://www.massage.ru/kinds/med.htm>
- <https://ru.m.wikipedia.org/wiki/>
- <http://vash-massazh.ru/lechebnyj-massazh/>