

# МАССАЖНЫЕ МАНОУАЛЬНАЕ ТЕХНИКИ В КОСМЕТОЛОГИИ

Основные приемы  
использования факторов  
механической природы в  
косметологии



# Массаж

- Дозированное механическое воздействие на обнаженное тело больного (пациента) специальными приемами, выполняемыми руками массажиста в определенной последовательности и сочетаниях.



# Функции массажа

- 1. Усиление трофики кожи (повышение эластичности и тургора)
- 2. Активация кровоснабжения тканей
- 3. Очищение дериватов кожи от пота и кожного сала
- 4. Эксфолиация эпидермиса
- 5. Активная рецепторная стимуляция органов и тканей организма



# Влияние механического напряжения, возникающего при массаже:

- 1. Изменение жидкокристаллической структуры цитозоля клеток (тиксотропное действие)
- 2. Активация регуляторов локального кровотока (плазмокинины, гистамин, простагландины.)
- 3. Увеличение функционально активных капилляров ( в 45 раз)
- 4. Усиление лимфоперфузии тканей (7-8 раз)



# Лечебные эффекты массажа

- 1. Тонизирующий
- 2. Седативный (в зависимости от методики)
- 3. Вазоактивный
- 4. Трофический
- 5. Катаболический
- 6. Лимфодренажный



# Показания к применению массажей в косметологии

- 1. Преждевременное старение кожи, профилактика старения
- 2. Адъювантная терапия угревой болезни и состояния постакне
- 3. Коррекция форм лица и тела
- 4. Массажи, показанные в эстетической реабилитации



# Противопоказания для проведения массажей

- 1. Гнойничковые заболевания кожи
- 2. Грибковые поражения кожи
- 3. Гипертоническая болезнь
  
- Проявлять осторожность при варикозном расширен вен у клиента, наличие трофических язв и повреждения кожного покрова в области воздействия



# Основные методики проведения массажей в косметологии

- В зависимости от цели и показаний:
- 1. Лечебный косметической массаж
- 2. Косметический и пластический массаж
- 3. Массаж волосистой части головы
- 4. Массаж рук и ног
- 5. Точечный массаж лица, рук, ног и тела
- 6. Классический массаж тела, лимфодренаж





# Основные приемы при проведении массажей

- 1. Поглаживание
- 2. Растирание
- 3. Разминание
- 4. Поколачивание
- 5. Вибрация



# Виды массажей

- 1. Лечебный
- 2. Спортивный
- 3. Сегментарно-рефлекторный
- 4. Гигиенический массаж
- 5. Профилактический (превентивный)
- 6. Косметический
- 7. Реанимационный
- 8. Детский
- 9. Аппаратный
- 10. Сексуальный
- 11. Гинекологический
- 12. Урологический
- 13. Перкуссионный
- 14 Холодовой (криомассаж)



# Формы Массаж

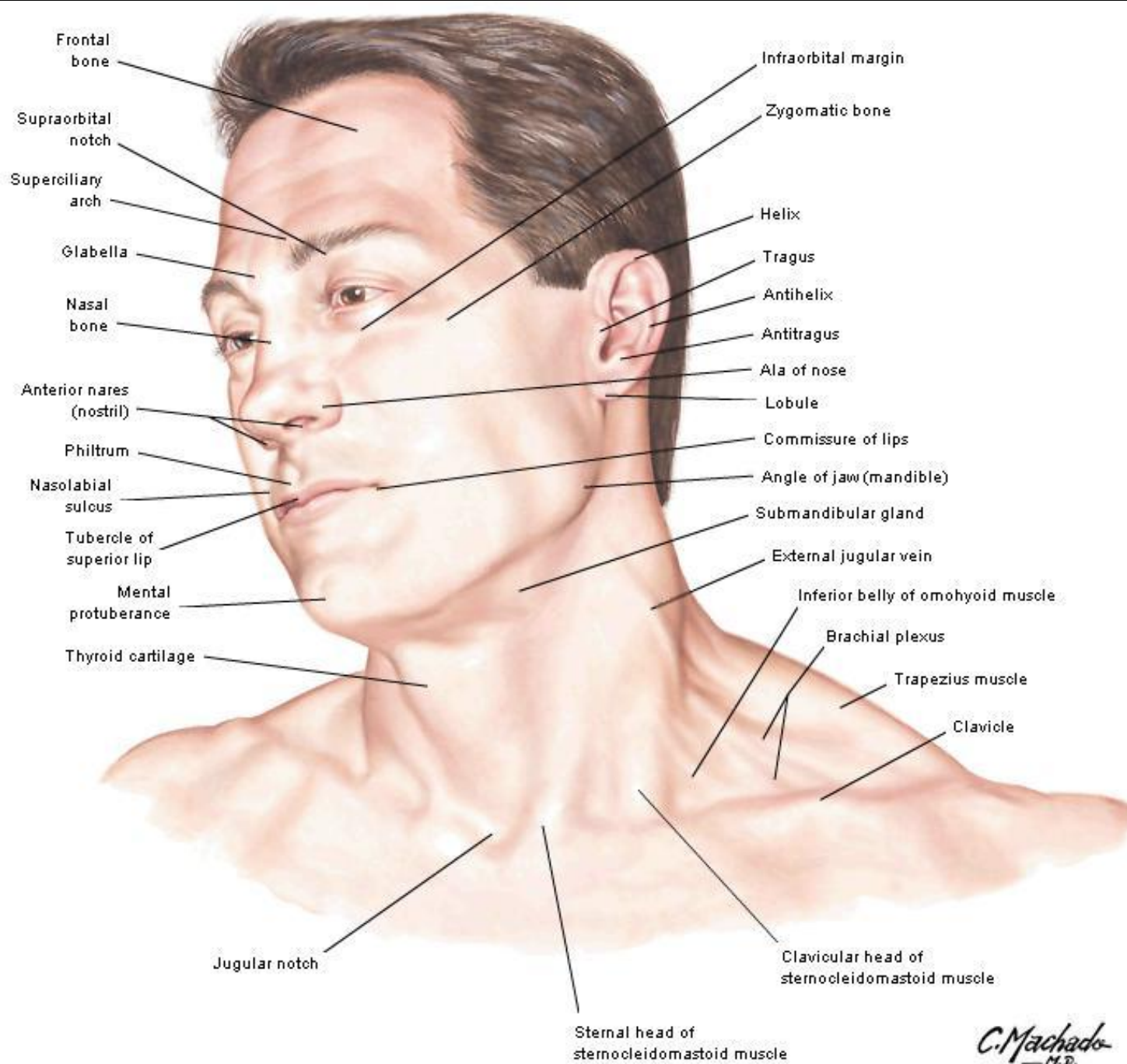
- 1. Массаж
- 2. Самомассаж
- 3. Взаимный
- 4. Парный

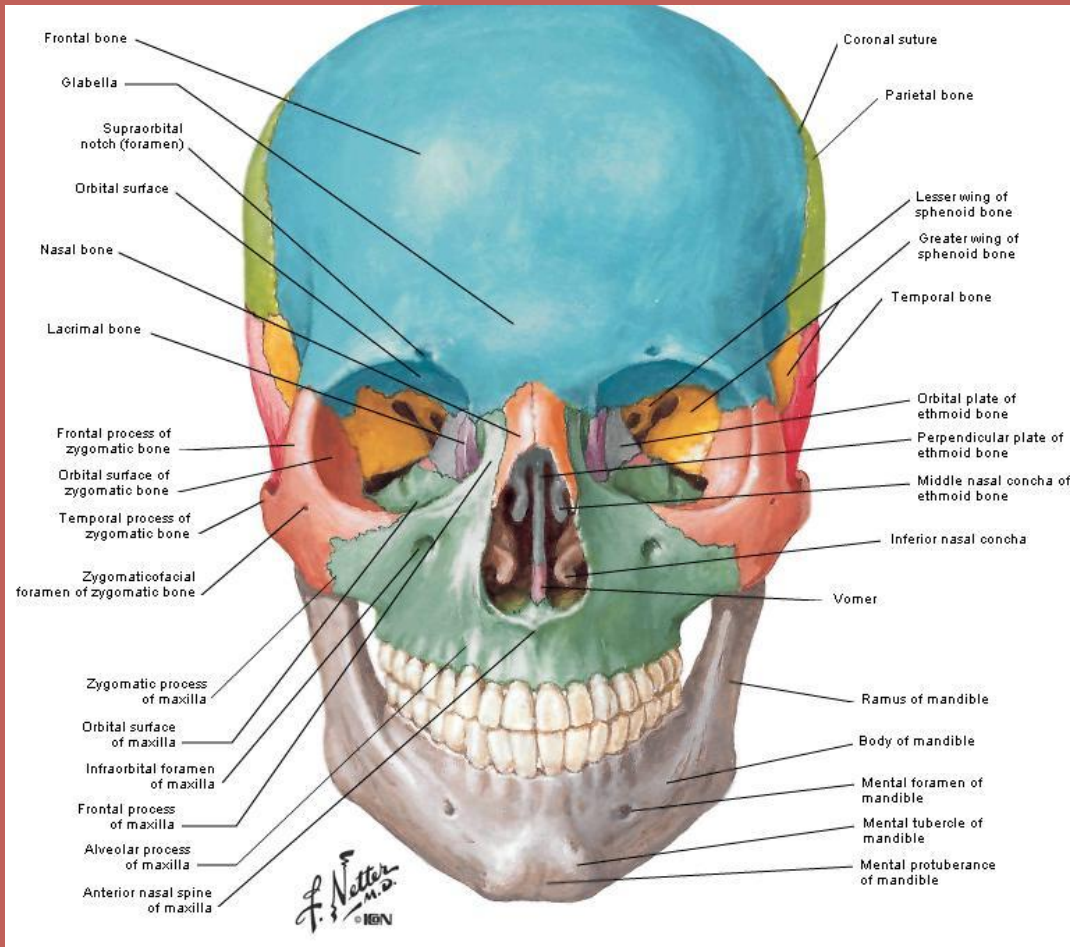


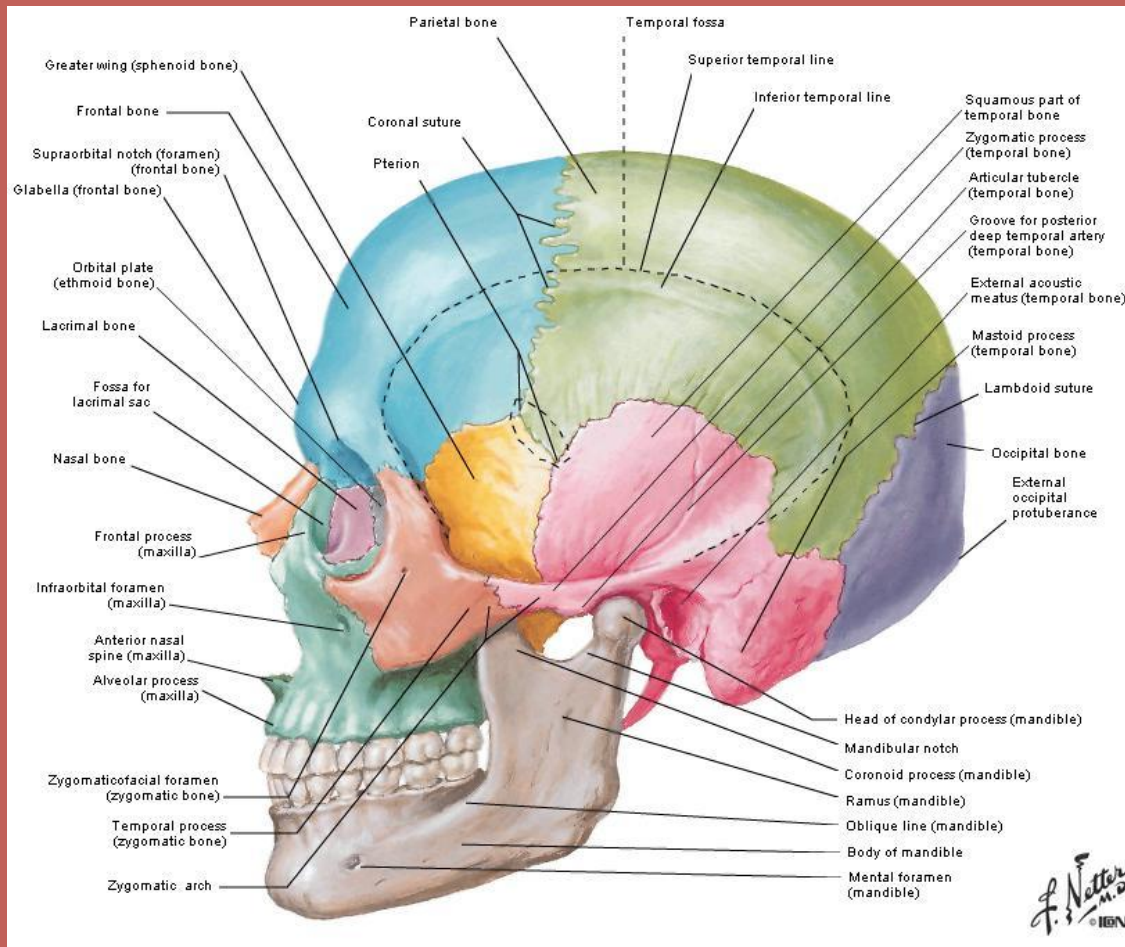
# Лимфодренаж лица и тела

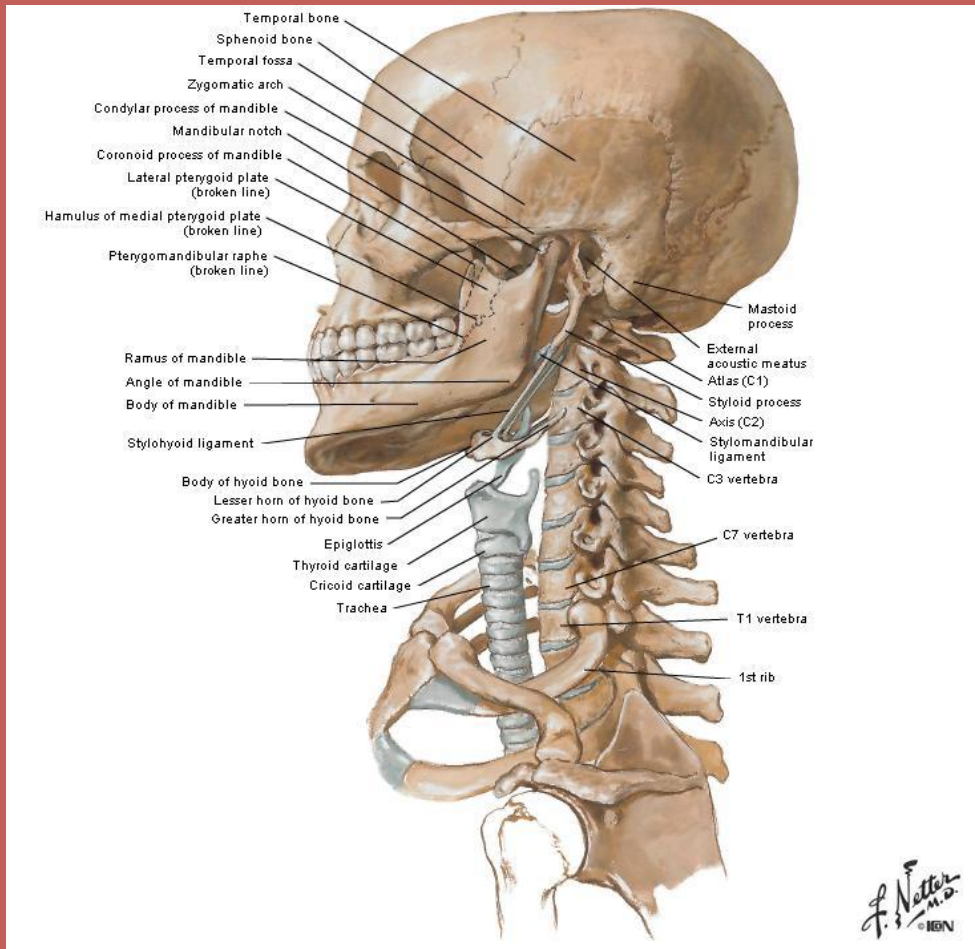
- 1. Проводится по ходу лимфатических сосудов. Направление движения рук массажиста от периферии к центру в сторону лимфатических сосудов (по телу) и от центра к периферии (по лицу)
- 2. Лимфатические сосуды не массируются
- 3. Конечности массируются в проксимальном направлении



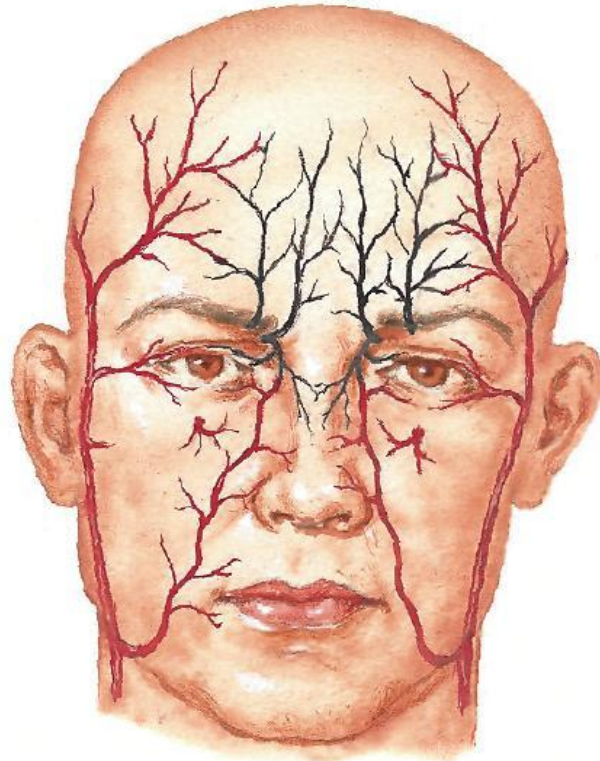






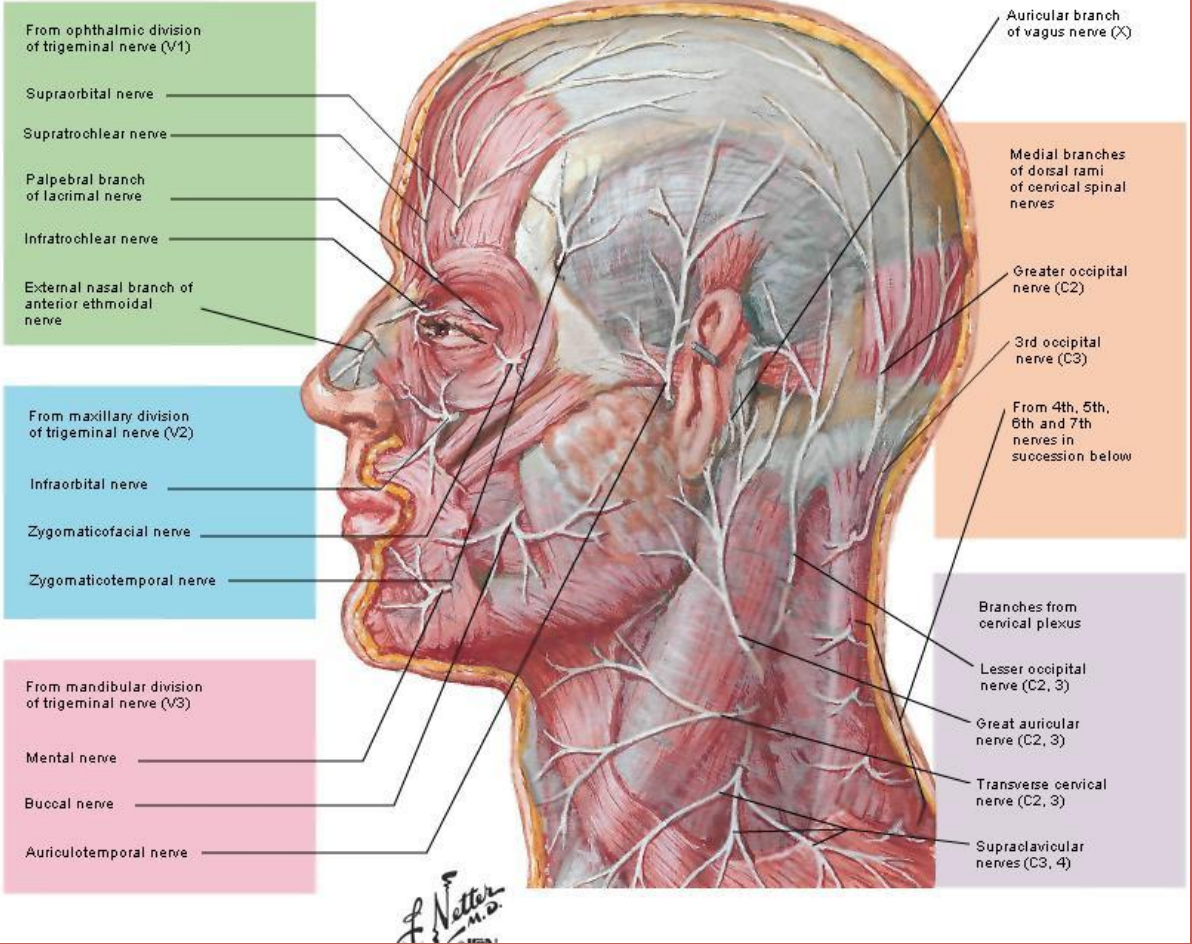






*Black: from internal carotid artery (via ophthalmic artery)*

*Red: from external carotid artery*



From ophthalmic division of trigeminal nerve (V1)

Supraorbital nerve

Supratrochlear nerve

Palpebral branch of lacrimal nerve

Infratrochlear nerve

External nasal branch of anterior ethmoidal nerve

From maxillary division of trigeminal nerve (V2)

Infraorbital nerve

Zygomaticofacial nerve

Zygomaticotemporal nerve

From mandibular division of trigeminal nerve (V3)

Mental nerve

Buccal nerve

Auriculotemporal nerve

Auricular branch of vagus nerve (X)

Medial branches of dorsal rami of cervical spinal nerves

Greater occipital nerve (C2)

3rd occipital nerve (C3)

From 4th, 5th, 6th and 7th nerves in succession below

Branches from cervical plexus

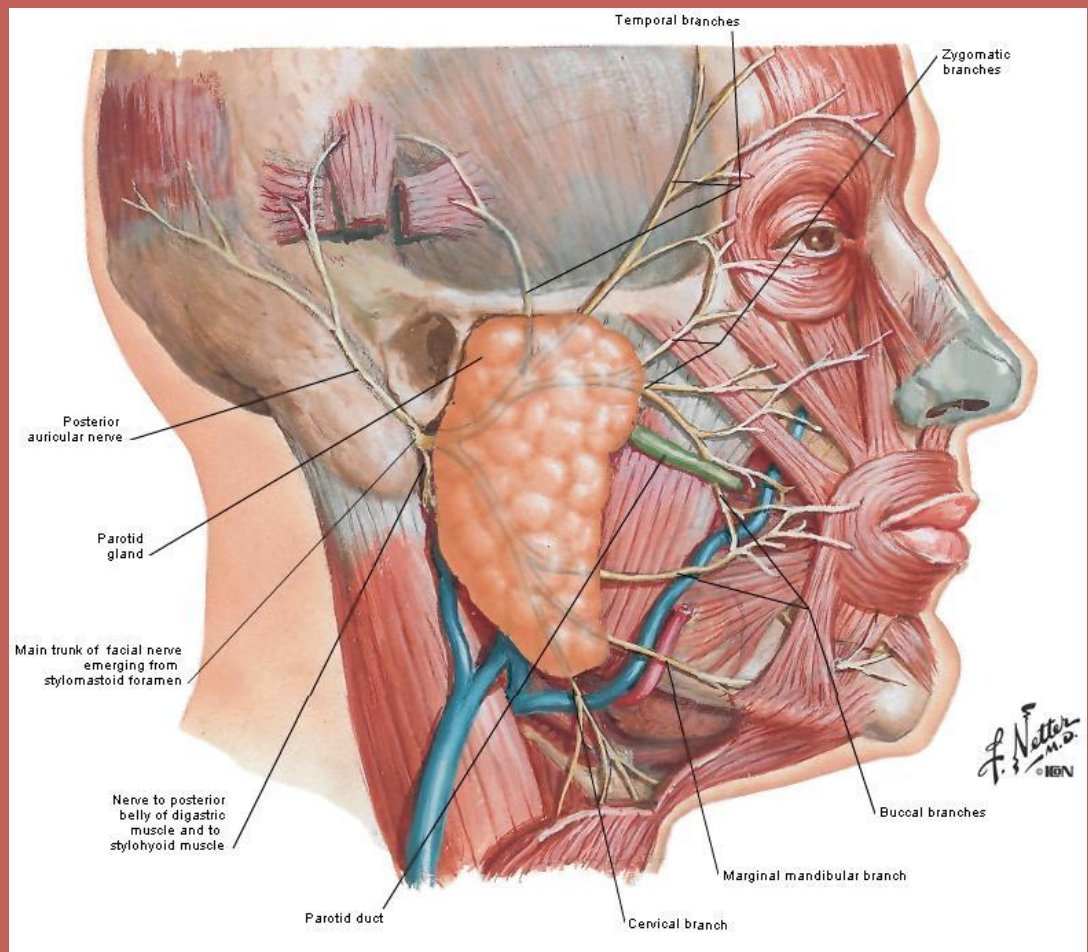
Lesser occipital nerve (C2, 3)

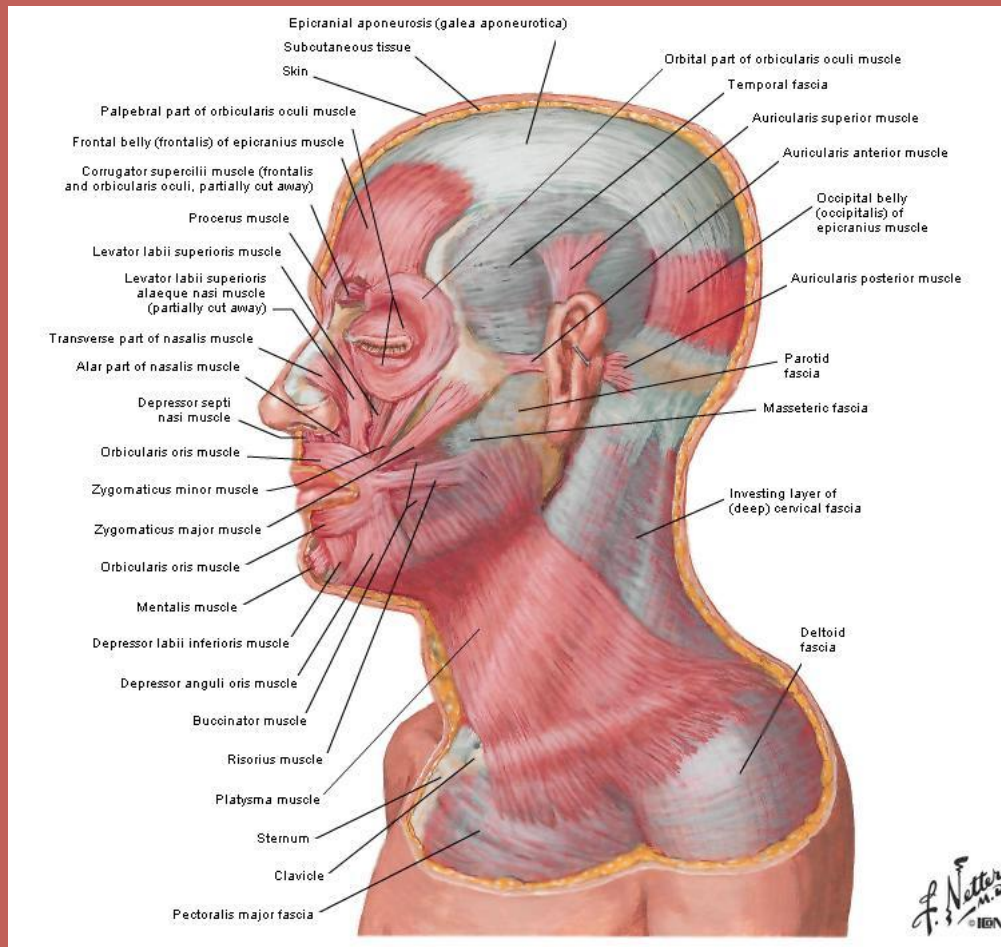
Great auricular nerve (C2, 3)

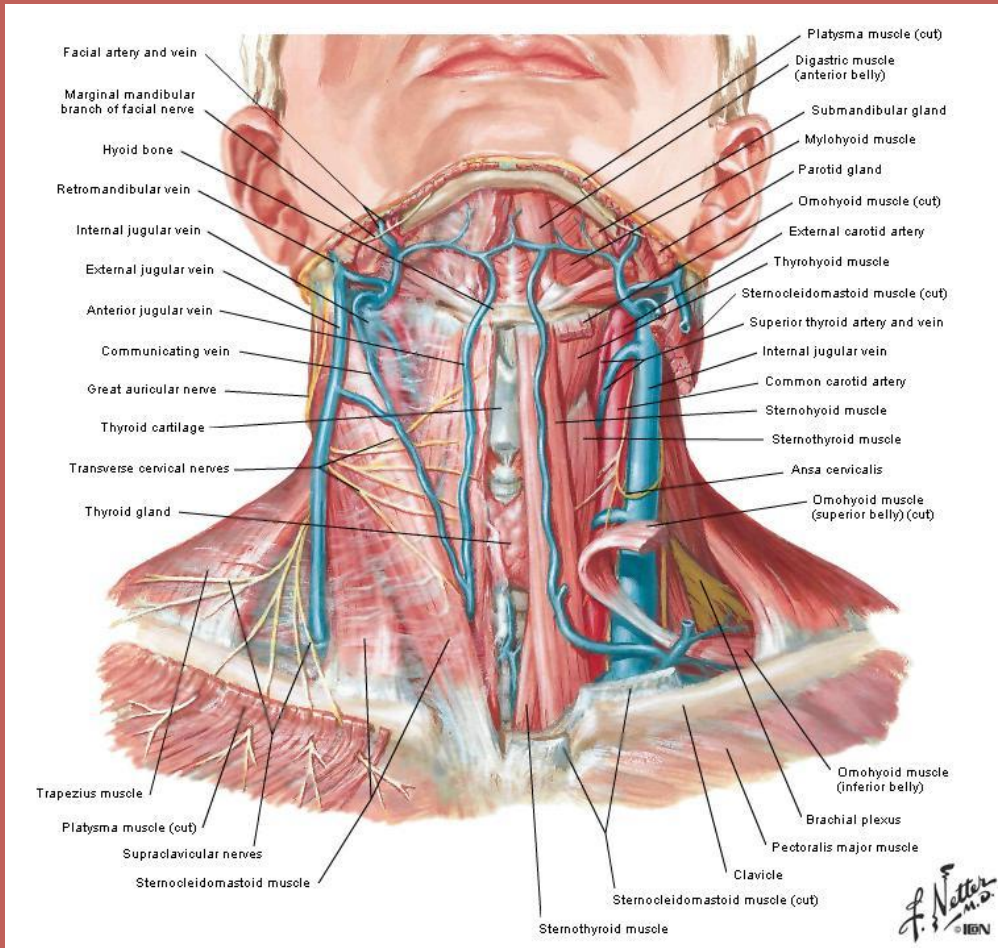
Transverse cervical nerve (C2, 3)

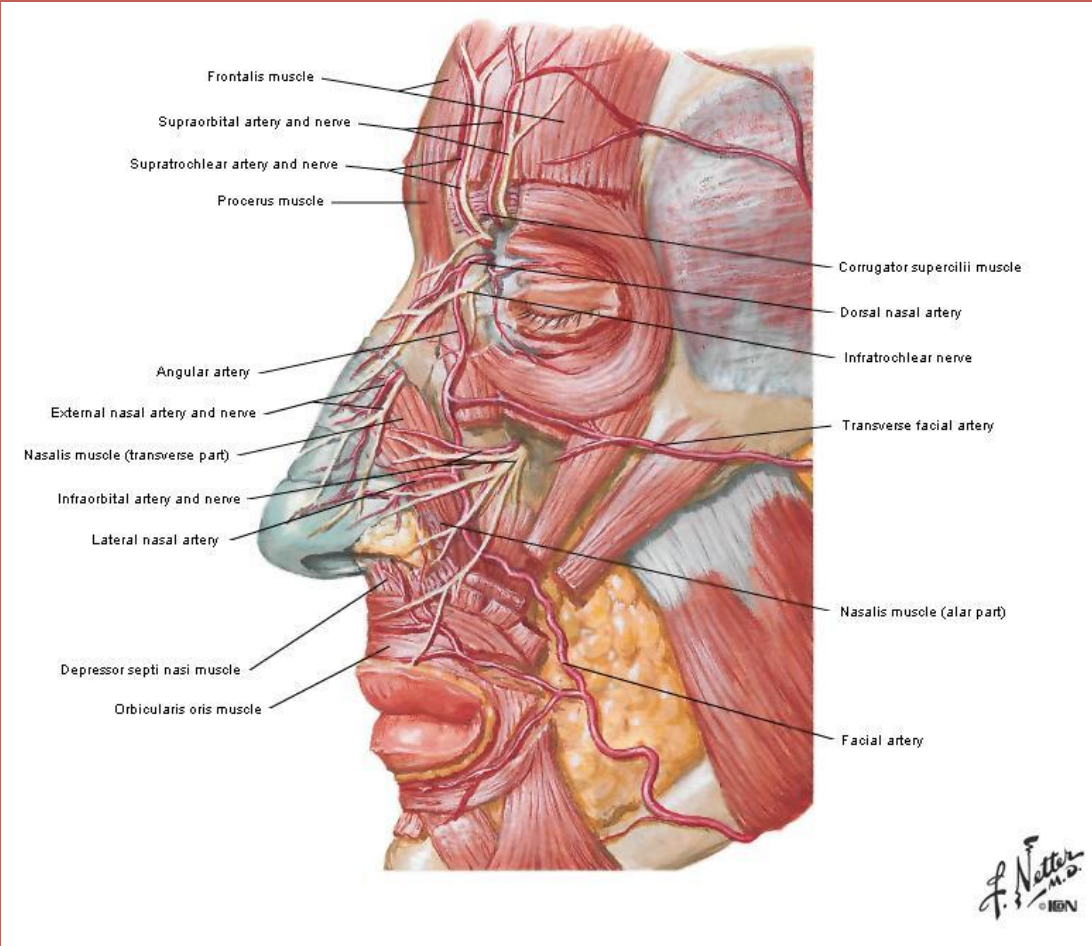
Supraclavicular nerves (C3, 4)

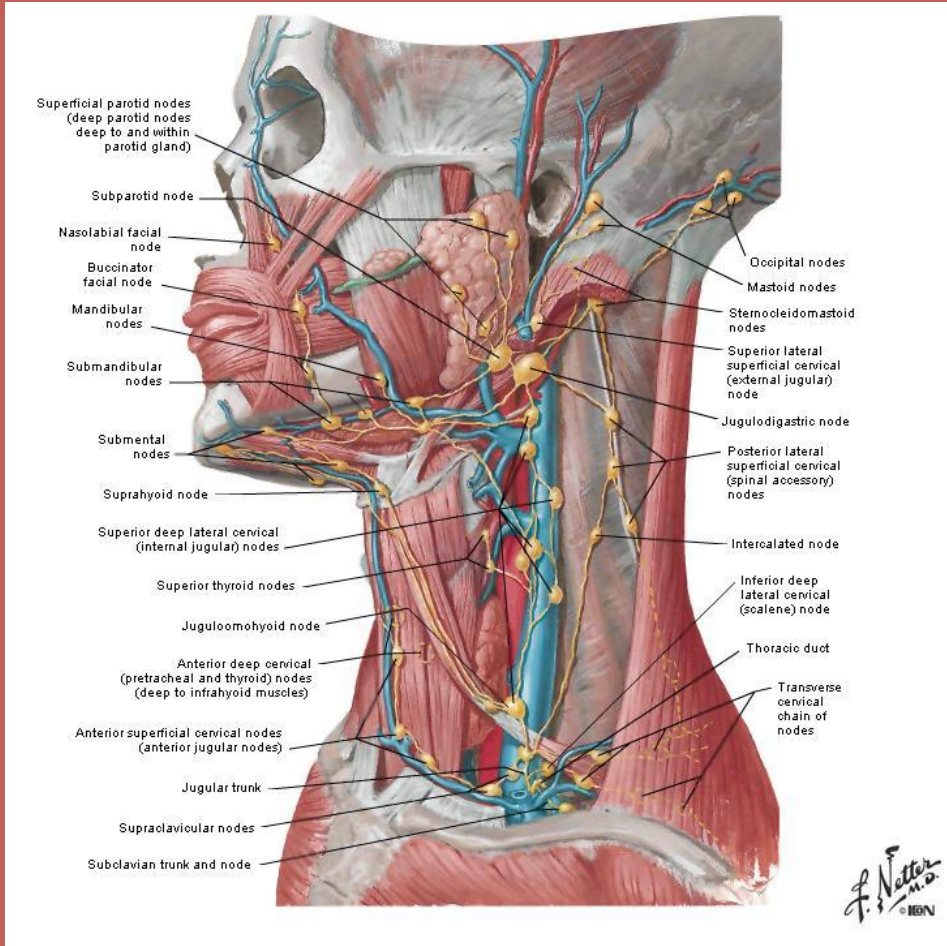
F. Netter M.D.

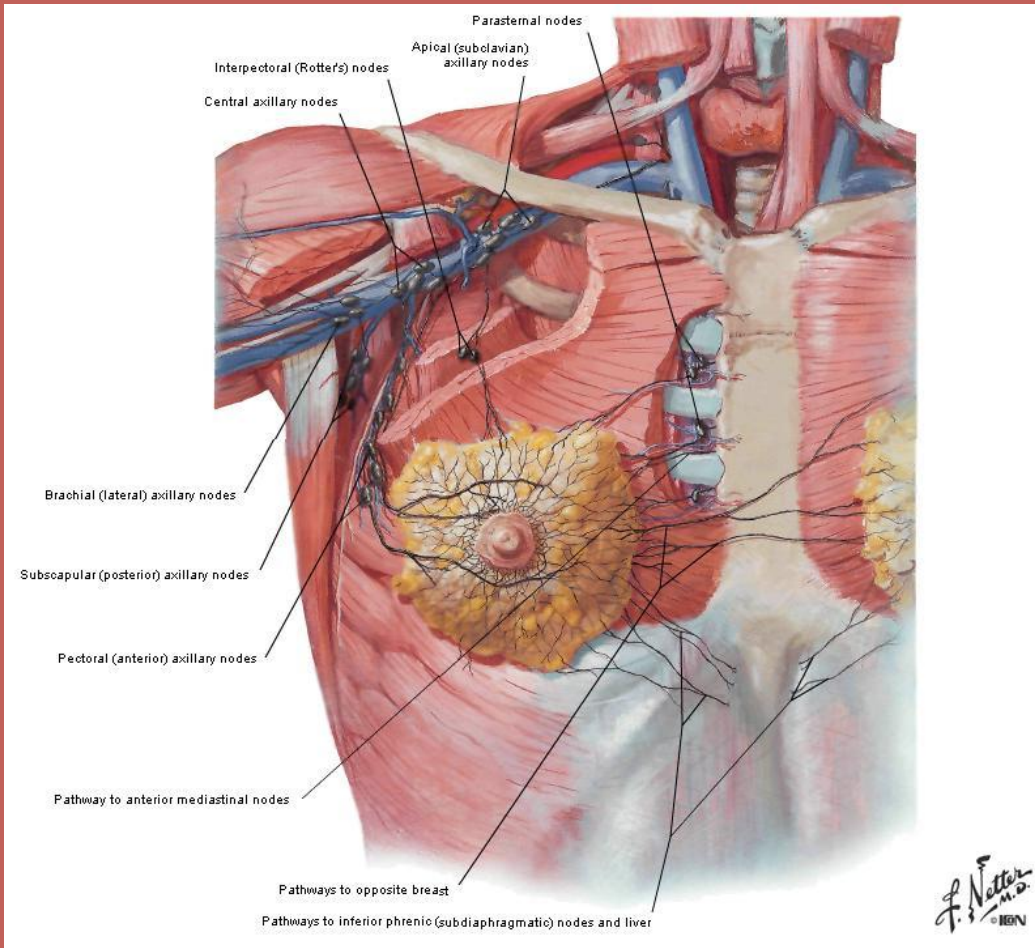




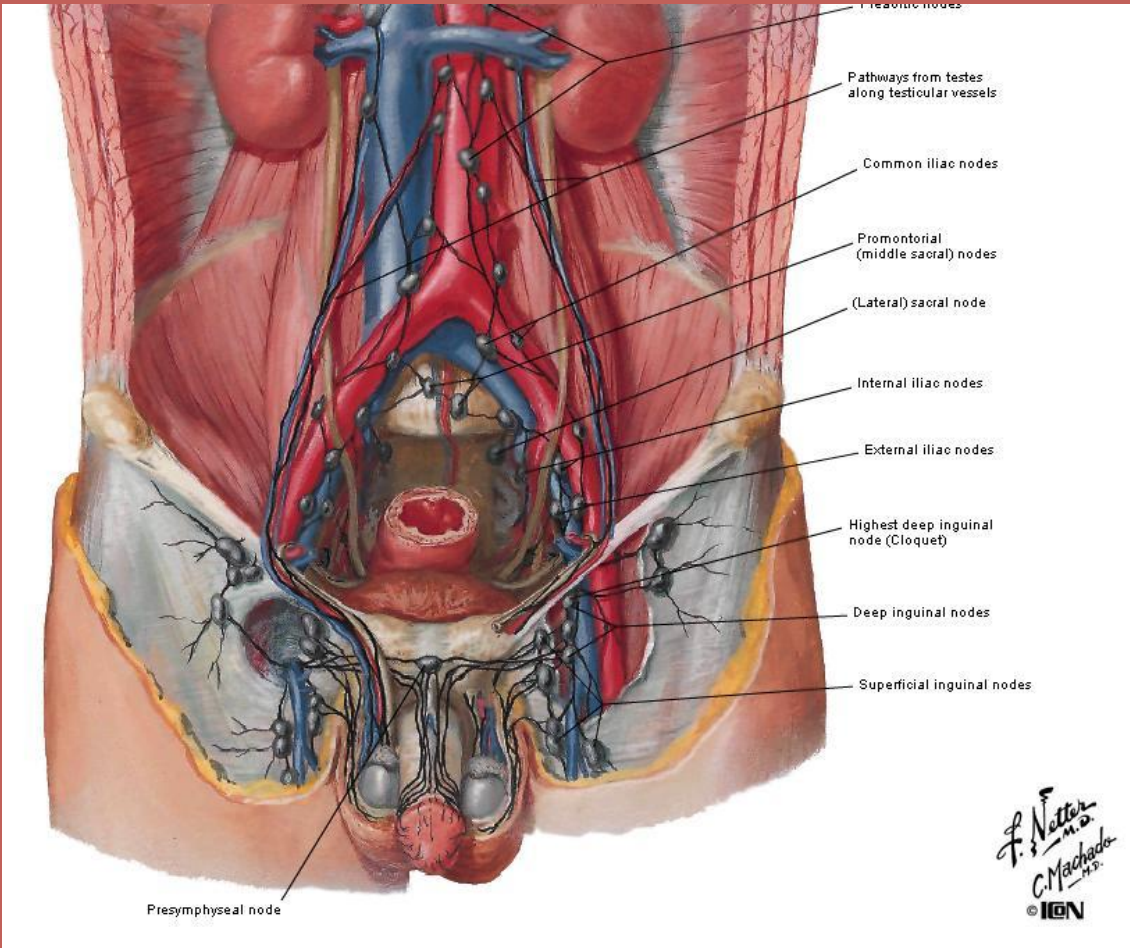


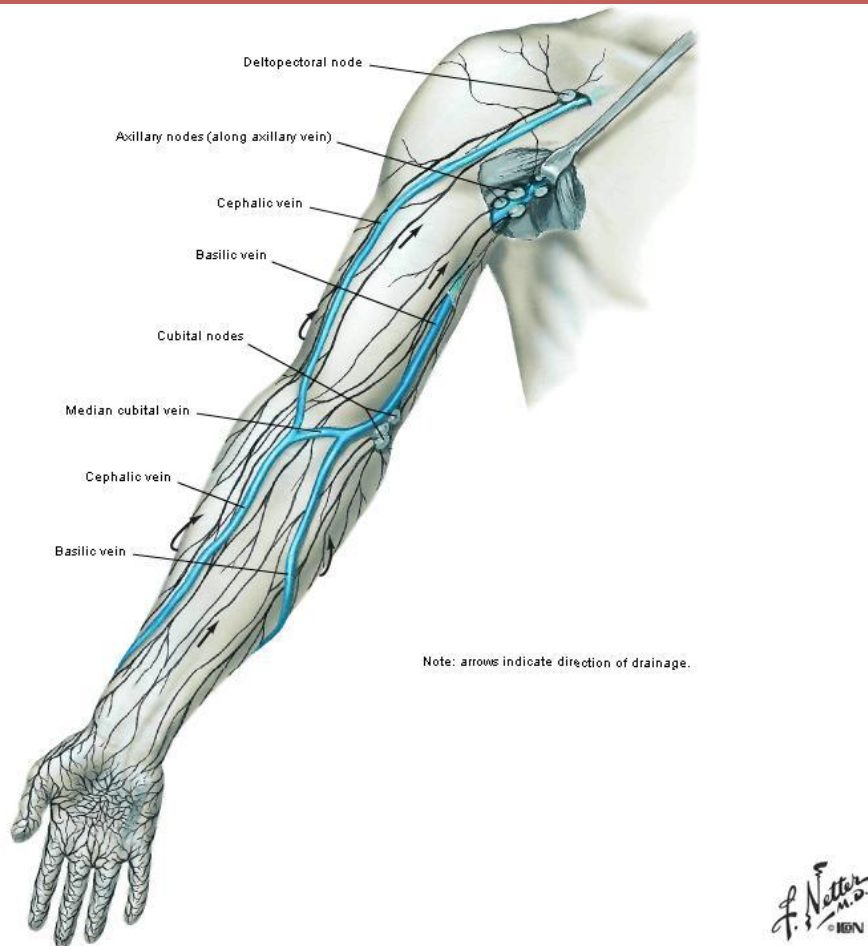


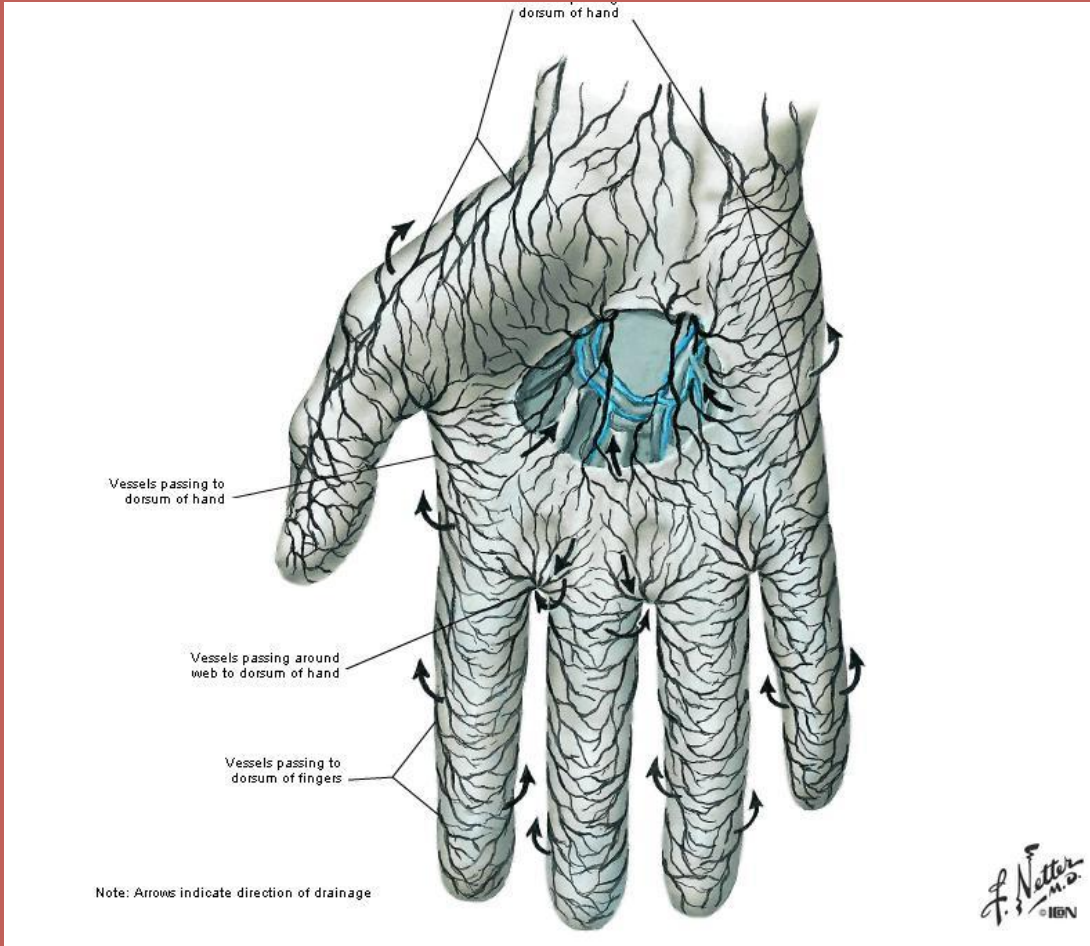




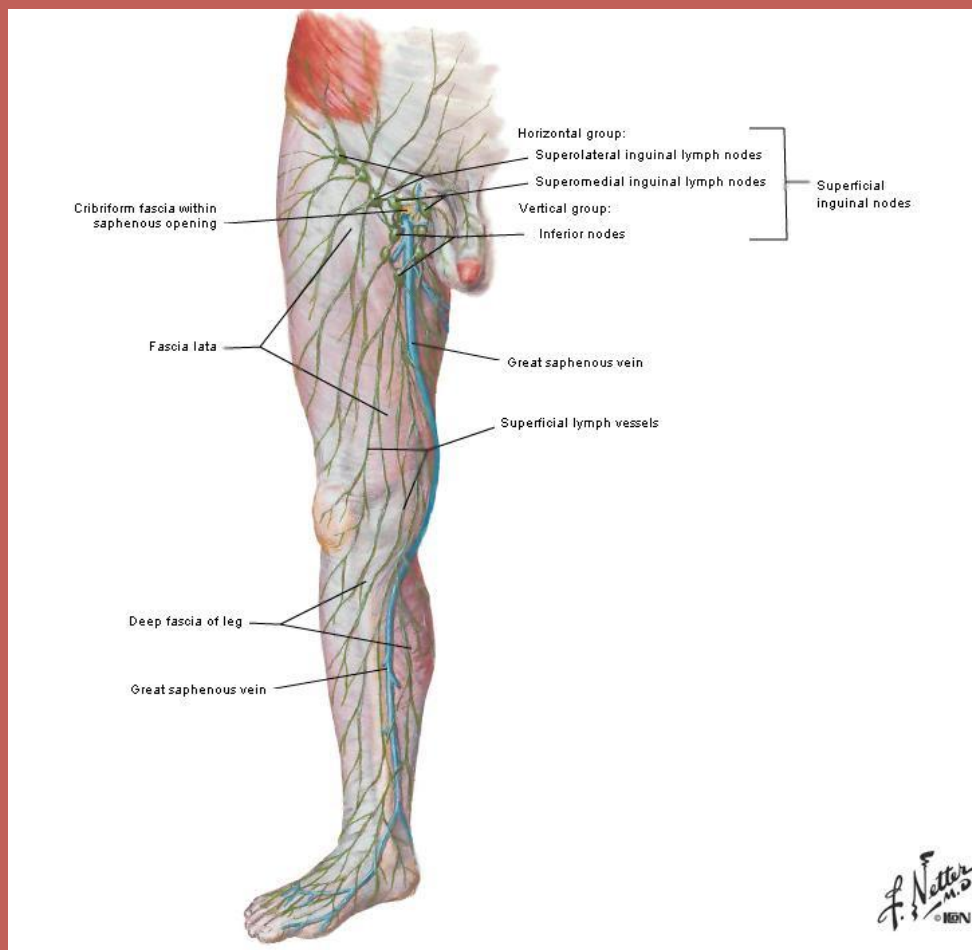




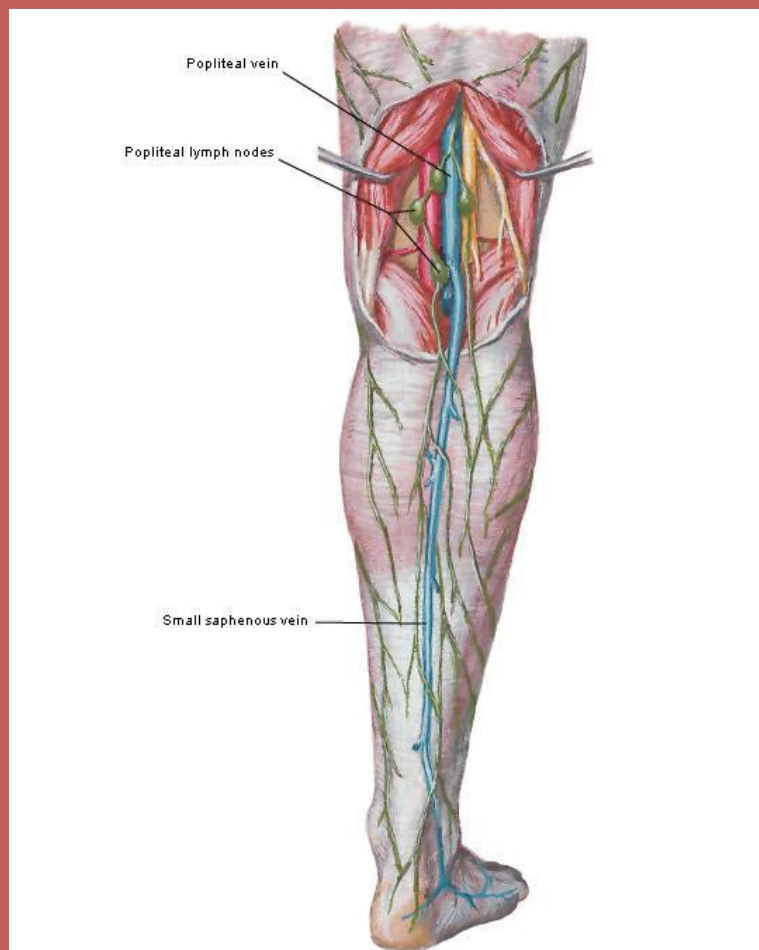


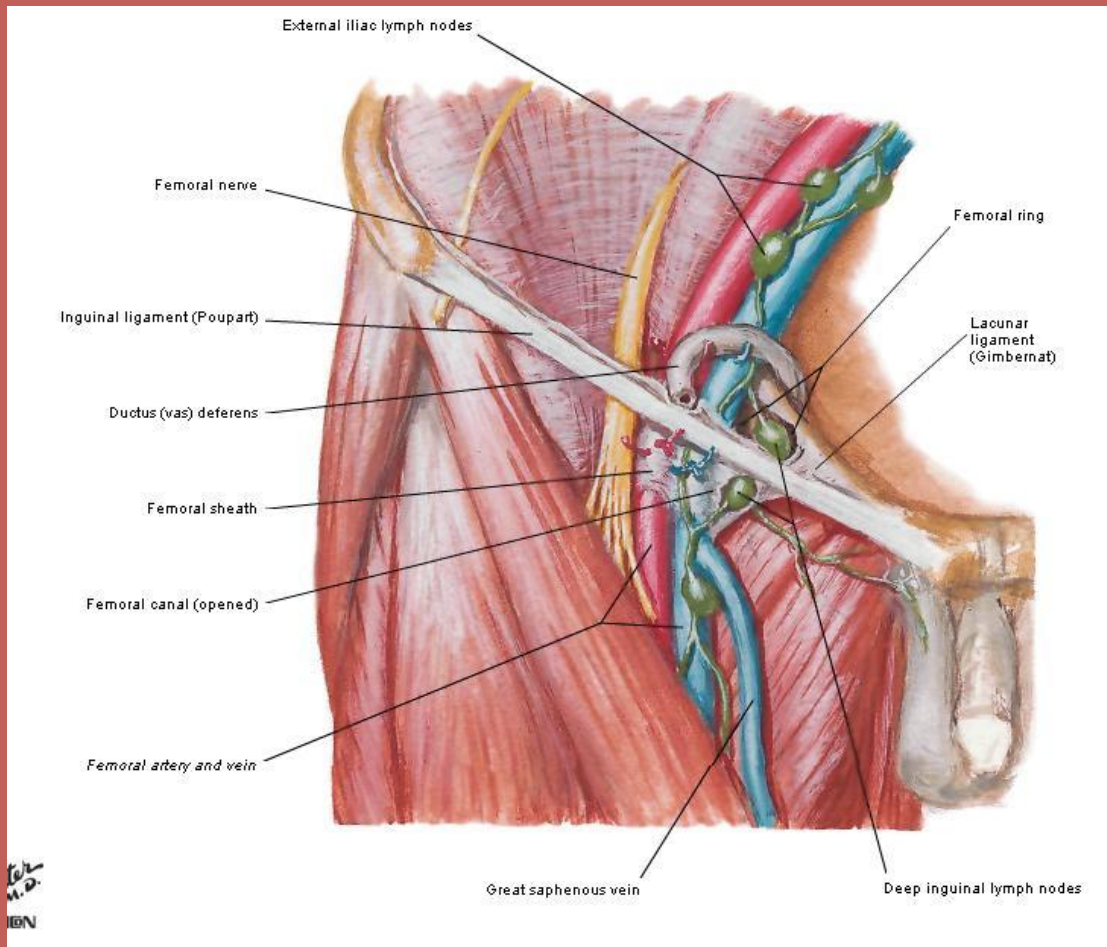


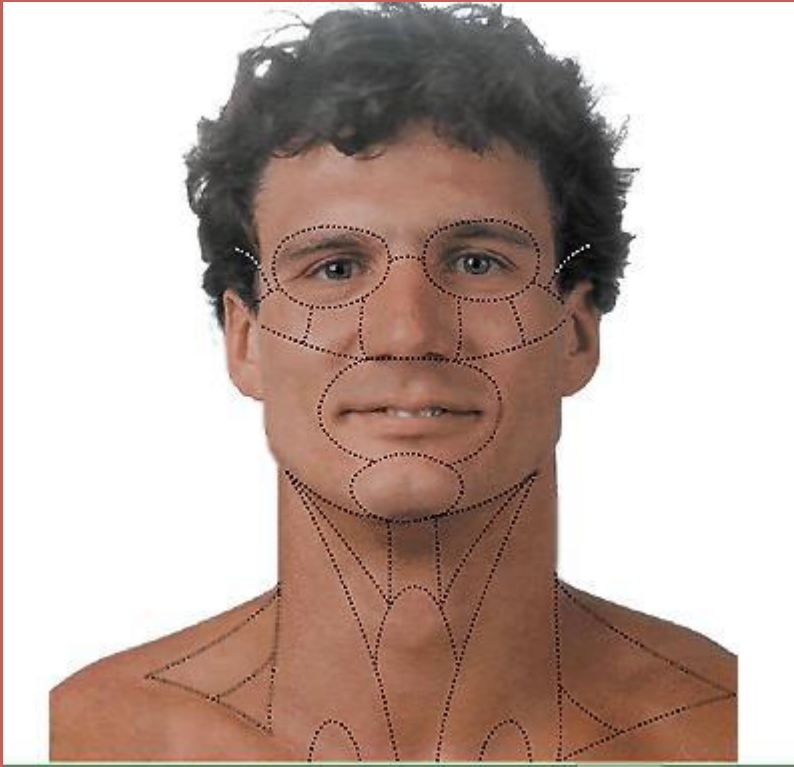
# Лимфатическая система ног



# Лимфатическая система ног







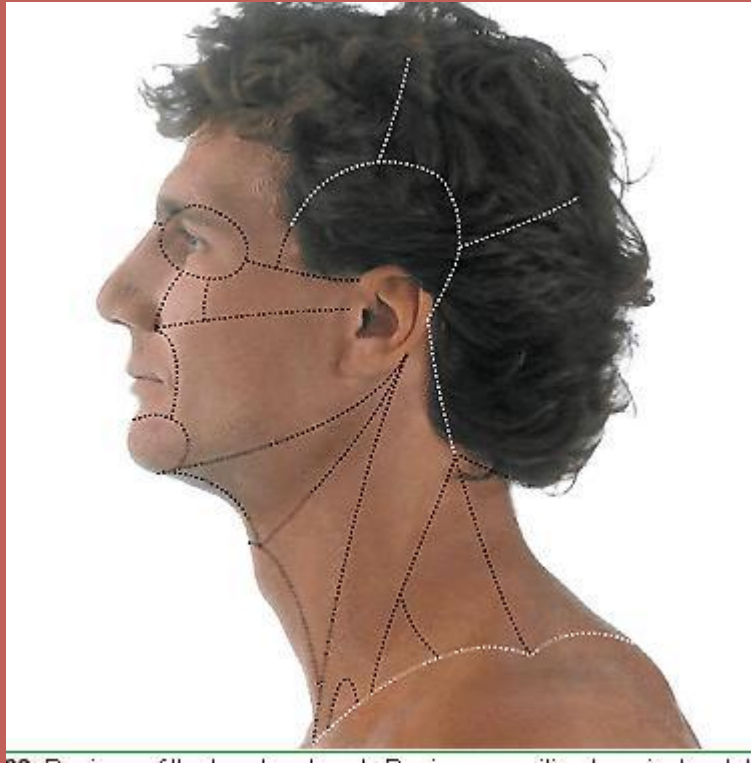
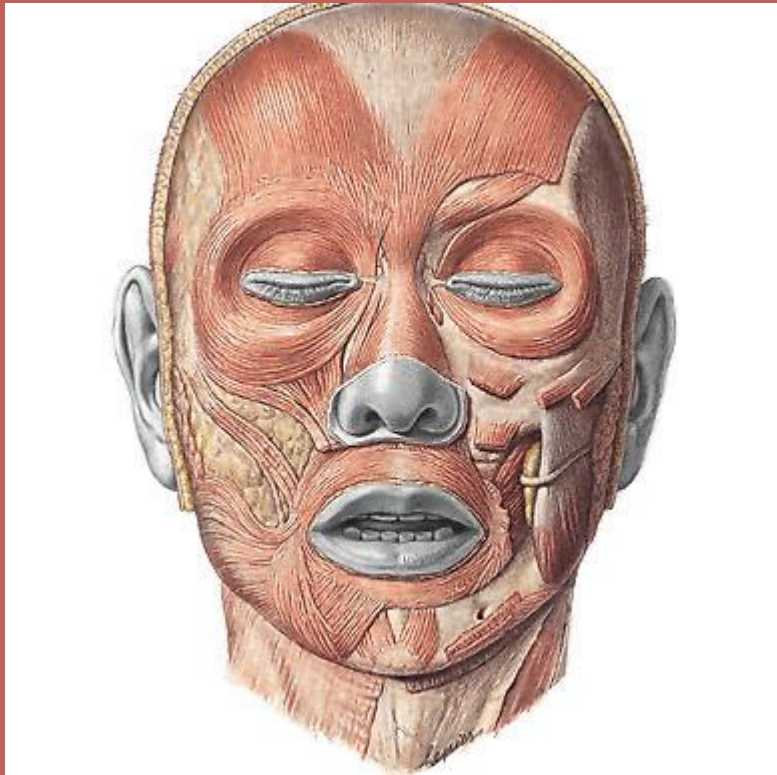
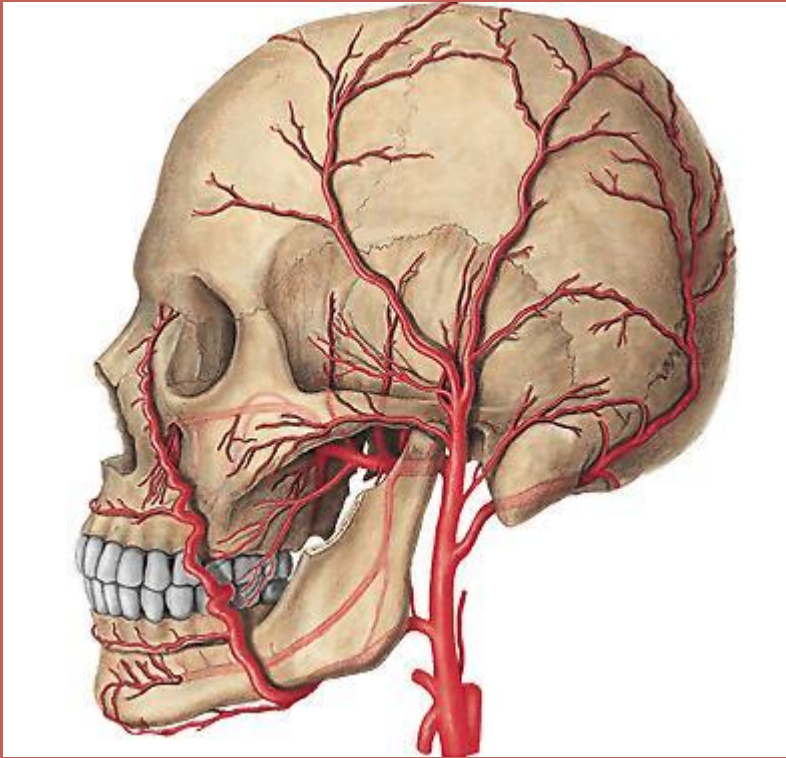


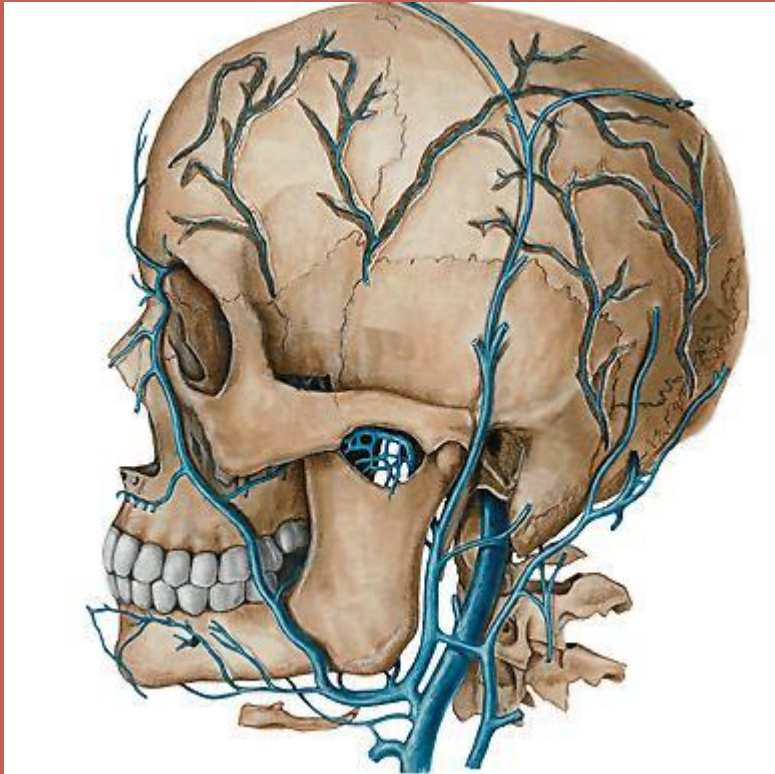
Fig. 1.1. Anatomical landmarks for haircutting.

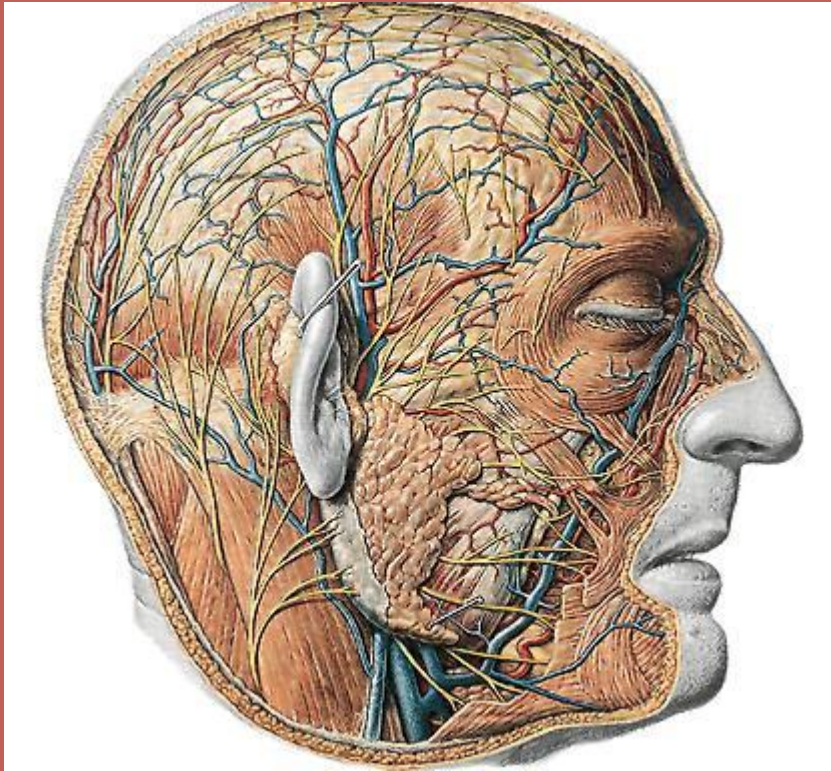


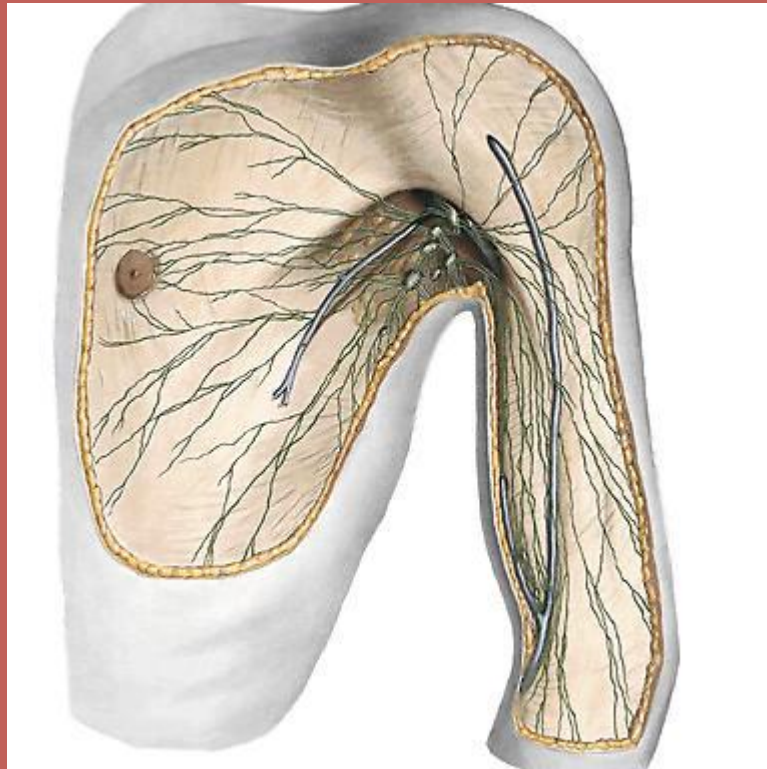


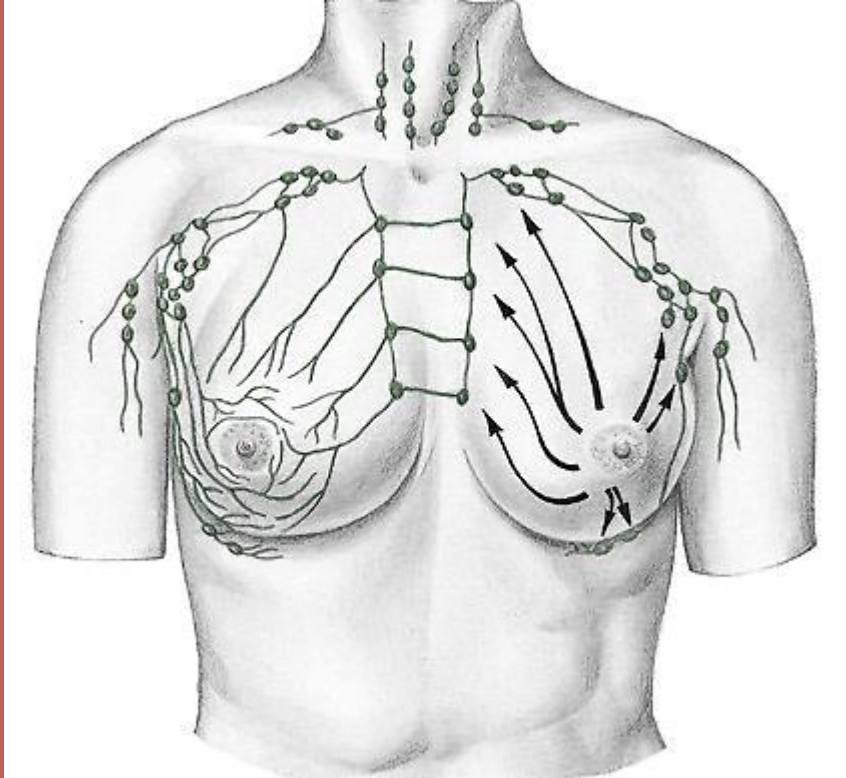












# Сегментарные отделы тела

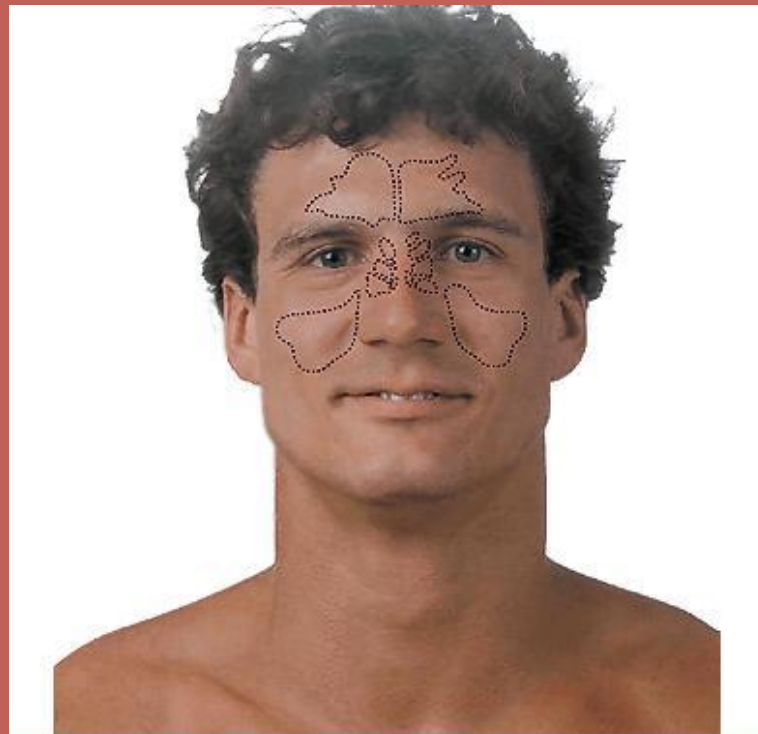
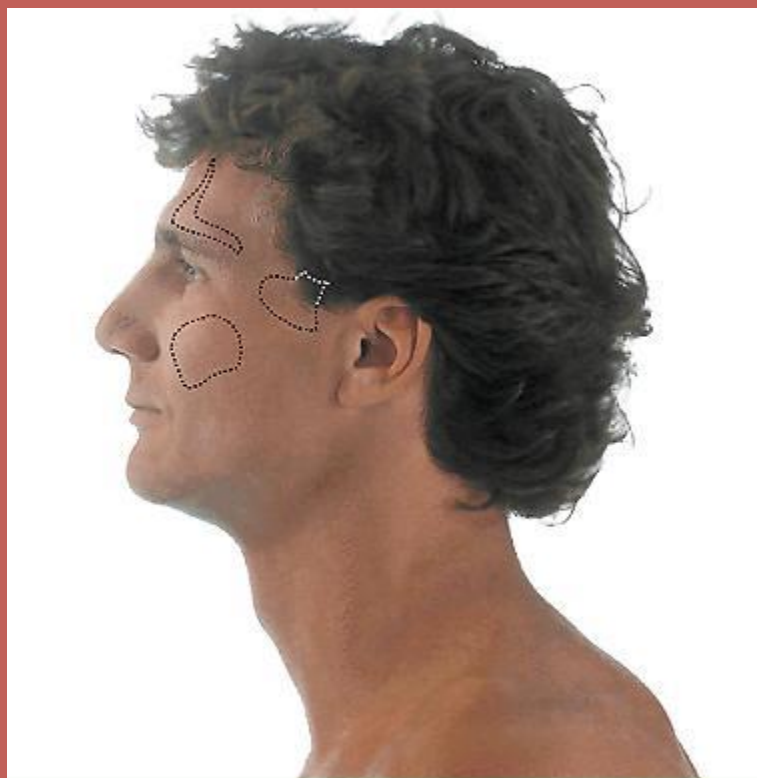


# Массажные линии лица





# Проекция синусов



# Топография массажей

- 1. Общий массаж
- (всего тела)
- 2. Локальный массаж
- (местный, зональный он же сегментарный)



# Основные массажные линии по телу

- 1. Спину массируют от позвоночника в сторону лимфатических сосудов
- 2. Живот массируют по ходу ободочной кишки (по часовой стрелке вниз по направлению к левой паховой области)
- 3. Таз, поясничную и крестцовую области массируют в направлении паховых лимфатических узлов



# Сегментарный массаж

- 1. Воздействие на биологически активные зоны и рефлекторно связанные с ними органы
- 2. Специальные массажные приемы на зоны Захарьина-Геда
- 3. Общие массажные приемы соответствуют классическому массажу
- 4. Продолжительность 10-12 минут, курс 12-15 процедур через день



# Методы массажа

- 1. Аппаратный
- 2. Ручной (мануальный)
- 3. Комбинированный (1 + 2)
- 4. Ножной (педиальный)
- 5. Массаж телом
- 6. Инструментами
- 7. Гидромассаж



# Точечный массаж

- 1. Механическое раздражение биологически активных точек
- 2. Рефлекторные реакции организма
- 3. Механическое раздражение 2-10 точек
- 4. Соблюдение принципов биоритмологии, традиционной восточной медицины и сегментарно-метамерной иннервации
- 5. Продолжительность однократного лечебного воздействия на одну точку 30-60с до 40 мин, длительность курса 8-10 процедур



# Биологически активные точки

- Морфофункционально обособленные участки, расположенные в подкожной жировой клетчатке, содержащие рыхлую соединительную ткань и тесно связанные с подлежащими нервными проводниками, при раздражении которых возникают местные, сегментарно-метамерные и генерализованные реакции



# Косметический массаж

- Включает:
  - 1. Массаж лица
  - 2. Массаж шеи
  - 3. Массаж волосистой части головы
- Классические приемы массажа в различных сочетаниях





# Косметический массаж

- 1. Мягкие ритмичные движения, с постепенно усиливающимся давлением, с последующим завершением процедуры легким усилием
- 2. Проводят по направлению наименьшего растяжения кожи (кожные линии головы) или пересекают их под острым углом
- 3. Движения повторяют 3-7 раз по каждой линии
- 4. Частота проведения 1-2 раза в неделю



# Гигиенический массаж

- 1. Предупреждение преждевременного старения кожи
- 2. При здоровой коже проводится 1 раз в неделю
- 3. По массажным линиям 5-8 минут
- 4. Курс процедур: 10-12, с периодичностью 2-3 раза в год
- 5. Классическая последовательность массажных приемов



# Лечебный массаж по Пospelову

- 1. Применяется при жирной коже и угревой болезни
- 2. Включает растирание и разминание
- 3. Смазанная жирными средствами кожа
- 4. По кожным линиям (большим и указательным пальцем)
- 5. Массаж 8-10 мин., курс 8-10 процедур



# Массаж по Жаке

- 1. Рассасывание инфильтратов при угревой болезни, жирная пористая кожа, улучшение артериального притока и венозного оттока
- 2. Сильные и частые пощипывания кожи по ходу выводных протоков сальных желез с захватом не только кожи, но и подкожной жировой клетчатки
- 3. Проводится ежедневно в течение 6-8 мин, курс 12-20 процедур
- 4. Проводится по тальку



# Пластический массаж

- 1. Используют для воздействия на кожу с ярко выраженными признаками старения
- 2. Глубокое механическое воздействие на подкожно-жировую клетчатку, кровеносные и лимфатические узлы и нервы
- 3. Основные приемы: разминание «щипками» по кожным линиям и вибрация.
- 4. Сочетание пластического массажа с масками, компрессами, паровой баней и т.д.



# Аницеллюлитный массаж

- 1. Применяется на зону ягодиц, наружную и внутреннюю поверхности бедер (зона «галифе»), где наиболее часто возникает липодистрофия
- 2. Стимуляция удаления шлаков, лимфоотток, усиление липолиза, рассасывание соединительнотканной ткани, стимуляция кровообращения
- 3. Включает приемы поглаживания и растирания по направлению паховых лимфатических узлов
- 4. Продолжительность процедур 20-30 мин, курс 10-12 процедур



# Антистессовый массаж

- 1.Снимает усталость, нервное и мышечное напряжение, нормализует деятельность центральной нервной системы, лечит депрессию.
- 2.Выполняется традиционными массажными движениями по телу.
- 3. Удачно сочетается с гидроэстетическими процедурами.



# Массаж груди

- 1. Выполняется легкими круговыми движениями с постепенно нарастающей силой.
- 2. Профилактика возрастных изменений, укрепление тонуса мышц и тканей.
- 3. Проводится с применением тонизирующих косметических препаратов
- 4. Обследование молочной железы перед проведением курса процедур обязательно (расписка клиента на предмет отсутствия онкологических заболеваний)





# Медовый массаж

- 1. Профилактика возрастных изменений кожи
- 2. Антицеллюлитный эффект
- 3. Устранение проблем со стороны опорно-двигательного аппарата.
- 4. Обязательное условие: отсутствие аллергических реакций организма на продукты пчеловодства.



# Баночный массаж

- 1. Термомеханическое, вакуумное воздействие на кожу, мышцы, биологически активные точки.
- 2. Курс процедур через день, 15-20 мин., 7-10 сеансов по показаниям
- 3. Противопоказания: гипертоническая болезнь, заболевания кожи различной этиологии.



# Эксклюзивные техники массажей

- 1. Французский массаж (уникальная техника, направленная на лечение целлюлита, повышает жизненный тонус.)
- 2. Массаж горячими камнями «Stone massage»
- Использование камней базальтовых пород и королевского камня Жадеит (вулканической породы, содержит практически все элементы таблицы Менделеева)
- Камни обладают уникальным свойством отдачи и глубокого поглощения тепла.
- 3. Органичное воздействие на акупунктурные зоны тела, снимает стрессовые состояния, улучшает кровообращение тканей и тканевой обмен.



# Тандем-массаж в 4 руки

- 1. Интегрированный комплекс многофакторного воздействия на тело
- 2. Глубокая релаксация, лимфодренаж
- 3. Восстановление упругости тела
- 4. Реабилитация после болезни



# Королевский уход

- 1. Релаксирующий массаж
- 2. Использование высоконцентрированной «золотой» пылицы и тонкого парфюма
- 3. Лимфодренаж тела
- 4. Легкое , но глубокое разминание тканей и мышц тела
- 5. Сочетание процедуры с приемами ароматерапии, вапоризации тела или использования альфа-капсулы



# Гавайский массаж «Ломи-ломи»

- 1. Экзотические полинезийские системы оздоровления тела
- 2. Использование этнической музыки
- 3. Мягкое воздействие на акупунктурные точки
- 4. Активизирует обменные процессы организма
- 5. Улучшает деятельность сердечно-сосудистой системы.



# Испанский пластический массаж

- 1. Глубокий антистрессовый фактор воздействия на кожу, признанный во всем мире
- 2. Эффективное средство от депрессии и хронической усталости
- 3. Нормализует деятельность центральной нервной системы, позволяет обрести бодрость духа и тела.



# Восточные техники массажей

- 1. Рассматривается как система мировоззрения духовных практических методик древней и современной медицины в сочетании с традиционной восточной практикой ухода за телом.
- 2. Фундамент теории: работа с невидимыми энергетическими меридианами организма
- 3. Цель массажей: приведение организма человека в состояние духовного равновесия и гармонии.
- 4. Ритуальные массажи.
- 5. Церемония чаепития
- 6. Основы философии древней культуры Востока





# Тайский массаж

- 1. Древнее искусство, основанное на духовной практике и йоге.
- 2. Глубокий массаж мышц и сухожилий, тщательная работа над каждой мышцей тела
- 3. Воздействие на рефлексорные точки организма
- 4. Массаж проводится с ног до головы (продолжительность 2-3 часа)
- 5. Сеанс традиционно проводится мастерами (или их учениками) из монастырей горного Тибета



# Аюрведические массажи

- 1. Индийский массаж стоп
- 2. Массаж горячими травяными мешочками
- Аюрведический массаж трех Дош



# Индийский массаж стоп

- 1. Согласно йоге стопы представлены элементами тела человека, массируя и раздражая которые рефлекторно «массируется» соответствующий орган тела.
- 2. Снимает стресс с энергетически активных точек
- 3. Коррелирует энергетические потоки в ступне (и в организме в целом)
- 4. Оздоровливающий эффект, профилактика старения органов



# Массаж горячими травяными мешочками

- 1. Аюрведический метод фитотерапии
- 2. Детоксикация кожных покровов и организма в целом
- 3. Дополнительная фитоингаляция
- 4. Воздействие на органы обоняния и осязания
- 4. Глубокое разминание мускулатуры



# Аюрведический массаж трех Дош

- 1. Основан на восстановлении равновесия энергетических потоков
- 2. Эффективный лимфодренаж
- 3. Психологическое и ментальное расслабление
- 4. Снятие стресса
- 5. Проводится на основе эфирных масел, сочетание запахов и ароматов в соответствии с конституцией организма человека, знаков звездного гороскопа, состояния здоровья и личных привязанностей к различного рода ароматам.



# Состояние кожи , средства для массажей

- Себостаз, чувствительная кожа, утомленная кожа, истощенная, восприимчивая, смешанная.
1. Жирный крем
  2. Водно-маслянная эмульсия  
с высоким содержанием жира
  3. Чистые натуральные масла и в качестве носителей эфирных масляных добавок



# Состояние кожи, Средства для массажей

- Увядающая атрофическая кожа, смешанная кожа, сухая и жирная себорея
  1. Увлажняющий крем
  2. Гель для массажа
  3. Масляно-водная эмульсия с большим содержанием влаги (наносятся неоднократно)



- СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

