

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://studservis.ru/gotovye-raboty/kurovaya-rabota/230960>

Тип работы: Курсовая работа

Предмет: Медицина

ВВЕДЕНИЕ 3

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИССЛЕДУЕМОЙ ТЕМЫ 5

1.1. Механизм воздействия массажа на организм, влияние на мышцы 5

1.2. Классификация массажа, показания, противопоказания 14

1.3. Приемы массажа 28

ГЛАВА 2 . ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ.....37

2.1. Организация исследования 37

2.2. Результаты исследования 46

ЗАКЛЮЧЕНИЕ 48

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ 50

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность. Эффективным средством для лечения различных заболеваний и повреждений в настоящее время является массаж. Он помогает восстановлению нормальной деятельности всего организма. Массаж входит в комплекс лечебных мероприятий, проводимых в больницах, санаториях, поликлиниках, лечебно-профилактических учреждениях.

Массаж – совокупность приёмов механического и рефлекторного воздействия на ткани и органы в виде трения, давления, вибрации, проводимых непосредственно на поверхности тела человека как руками, так и специальными аппаратами через воздушную, водную или иную среду (гель, крем, масло и т.д.) с целью достижения лечебного или иного эффекта.

Массаж имеет свою классификацию, в основе которой лежит характер заболевания. Так, выделяют массаж при заболеваниях центральной и периферической нервной системы, при травмах и заболеваниях опорно-двигательного аппарата, массаж при заболеваниях органов дыхания, массаж при заболеваниях органов, участвующих в пищеварении и т. д. Метод выполнения массажа может меняться в зависимости от характера того или иного заболевания. При травмах или заболеваниях опорно-двигательного аппарата методика выполнения массажа подразделяется на методику массажа при заболеваниях позвоночника и методику массажа при заболеваниях суставов. При заболеваниях органов пищеварительного тракта – методика массажа кишечника, желудка и двенадцатиперстной кишки. При заболеваниях сердечно-сосудистой системы – методика массажа при гипертонической болезни, ишемической болезни сердца и т. д.

Для каждого заболевания существует своя методика массажа, которая зависит от причины заболевания, патогенеза заболевания, клинических форм его проявления, специфики действия тех или иных приемов массажа на организм. Поэтому, например, методика выполнения массажа спины при сколиозе отличается от методики массажа спины при остеохондрозе позвоночника, а методика массажа при гипертонии – от методики массажа руки при шейно-грудном остеохондрозе. Кроме того, нужно учитывать, что методика массажа меняется на различных стадиях одного и того же заболевания. Но это еще не все. Одно и то же заболевание у разных людей протекает по-разному, поэтому методика выполнения массажа должна разрабатываться не только с учетом самого заболевания, но и конкретно для определенного пациента.

В классическом массаже как техника, так и методика выполнения приемов массажа те же, что и в гигиеническом массаже. Он включает поглаживание, разминание, выжимание, вибрацию, растирание. Отбор приемов зависит от конфигурации мышц, характера заболевания, места выполнения массажа.

Цель: Изучить особенности влияния массажа на мышцы.

Задачи:

1. Рассмотреть механизм воздействия массажа на организм человека;

2. Изучить классификацию и приемы массажа;

3. Проанализировать эффективность применения массажа в реабилитационном периоде у пациентов.

Объект: Особенности массажа.

Предмет: Механизм действия массажа на мышцы.

ГЛАВА 1

ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИССЛЕДУЕМОЙ ТЕМЫ

1.1. Механизм воздействия массажа на организм, влияние на мышцы

Являясь научно обоснованным средством, используемым для повышения работоспособности, в оздоровительных и профилактических целях, при лечении различных заболеваний, массаж представляет собой совокупность приемов дифференцированного механического воздействия на различные участки поверхности тела человека.

Как известно, массаж воздействует на организм человека тремя путями: механическим, гуморальным и нервно-рефлекторным.

1. Основным действием массажа на организм являются механические раздражения, наносимые тканям специальными приемами. Механическое воздействие на ткани способствует передвижению всех жидких сред организма (крови, лимфы, межтканевой жидкости), растяжению и смещению тканей и п.

Механический фактор способствует усилению обменных процессов и кожного дыхания, устранению застойных явлений и отеков, а также повышению температуры массируемого участка тела.

2. Гуморальное влияние заключается в том, что при механическом раздражении кожи и мышц находящиеся в них гормоны переходят в активную форму и через кровь воздействуют на все органы и системы организма, повышают или понижают уровень их функционирования. Во время массажа на организм человека действует и тепло рук массажиста. Механическое и тепловое воздействие на ткани массируемой области приводит к образованию в них биологически активных веществ типа гистамина, ацетилхолина. Эти биологически активные вещества участвуют в расширении сосудов, что, в свою очередь, способствует снижению кровяного давления. Накопление в мышцах во время массажа активного ацетилхолина стимулирует мышечную деятельность, так как способствует увеличению скорости передачи нервного возбуждения с одной нервной клетки на другую и от нервных клеток на мышечные.

3. Нервно-рефлекторный механизм, посредством которого механические раздражения при массаже передаются в центральную нервную систему и регулируют ее функциональное состояние в необходимом направлении - успокаивая или возбуждая. При массаже воздействию подвергаются, в первую очередь, многочисленные и разнообразные нервные приборы, заложенные в различных слоях кожи и связанные с центральной и вегетативной нервными системами. Раздражения от кожных экстерорецепторов, суммируясь с раздражением залегающих в сухожилиях, суставных сумках, связках, фасциях, мышцах проприорецепторов, а также ангио- рецепторов стенок сосудов и интерорецепторов внутренних органов, передаются по чувствительным путям в центральную нервную систему и достигают коры головного мозга, где эти центростремительные афферентные импульсы синтезируются в общую сложную реакцию организма, которая проявляется в виде определенных функциональных сдвигов в различных органах и системах организма. [6]

При проведении массажа перечисленные механизмы срабатывают одновременно, и массаж может оказывать как избирательное воздействие, так и на весь организм в целом. Приступая к массажу, необходимо четко представлять, как влияет тот или иной массажный прием на организм массируемого.

Только тогда можно рассчитывать на положительный эффект массажа в каждом конкретном случае.

Действие массажа на кожу. Первым объектом воздействия массажа является кожа. Возникающая энергия от раздражения является начальным звеном в сложном механизме всего физиологического процесса.

Воздействие массажа на кожу заключается в следующем:

1. Через кожу передается раздражение в центральную нервную систему, которая определяет ответную реакцию организма и его отдельных органов.

2. Массаж способствует удалению с поверхности кожи отживших роговых клеток эпидермиса, что, в свою очередь, улучшает работу сальных и потовых желез.

3. В процессе массажа улучшается снабжение кожи кровью и устраняется венозный застой.

4. Температура массируемого участка повышается, а значит, ускоряются обменные и ферментативные процессы.

Массируемая кожа становится розовой и упругой из-за усиленного кровоснабжения. Возрастает ее сопротивляемость механическим и температурным воздействиям. При поглаживании происходит ускорение движения лимфы в лимфатических сосудах и устраняются застойные явления в венах. Эти процессы происходят не только в сосудах, находящихся на массируемом участке, но и в расположенных рядом. Такое отсасывающее действие массажа объясняется снижением давления в массируемых сосудах. Повышая кожно-мышечный тонус, массаж влияет на внешний вид кожи, делая ее гладкой и эластичной. Ускорение обмена веществ в кожных тканях положительно влияет на общий обмен веществ в организме.

Действие массажа на суставы, связки, сухожилия.

Под воздействием массажа улучшается снабжение сустава и близлежащих тканей кровью, ускоряется образование и движение синовиальной жидкости, и в результате связки становятся более эластичными. Вследствие перенесенных перегрузок и микротравм в суставах могут наблюдаться малоподвижность, отечность, сморщивание суставных сумок, изменение состава синовиальной жидкости. С помощью массажа, ведущего к улучшению питания суставных тканей, можно не только избавиться от этих болезненных явлений, но и предупредить их. Кроме того, вовремя проведенный массаж предупреждает повреждение хрящевой ткани, ведущее к возникновению артрозов. Под воздействием массажа можно увеличить амплитуду движений в тазобедренном, плечевом, локтевом, межпозвоночных суставах.

Действие массажа на кровеносную и лимфатическую системы.

При массаже движения рук должны быть направлены по ходу тока лимфы, в сторону близлежащих лимфатических узлов:

- при массаже головы и шеи - сверху вниз к подключичным узлам;
- при массаже верхних конечностей - к локтевым и подмышечным узлам;
- при массаже груди - от грудины в стороны, к подмышечным узлам;
- при массаже верхней и средней части спины от позвоночного столба в стороны, к подмышечным впадинам;
- при массаже поясничной и крестцовой области спины - к паховым узлам;
- при массаже нижних конечностей - к подколенным и паховым узлам. [8]

Под воздействием массажа происходит ускорение движения всех жидких сред организма, особенно крови и лимфы, причем происходит это не только на массируемом участке тела, но и в отдаленных венах и артериях. Так, массаж ног может вызвать покраснение кожных покровов головы.

Особо следует отметить влияние массажа на систему капилляров кожи, которые осуществляют обмен веществ между кровью и окружающими ее тканями (лимфой). Под действием массажа капилляры раскрываются, а температура массируемых и близлежащих участков кожи повышается от 0,5 до 5 градусов, что способствует улучшению окислительно-восстановительных процессов и более интенсивному снабжению тканей кровью. Возникающие при массаже расширение капиллярной сети кожи и улучшение венозного кровообращения облегчают работу сердца. Массаж в некоторых случаях может вызвать небольшое повышение артериального давления и увеличение количества тромбоцитов, лейкоцитов, эритроцитов и гемоглобина крови. Но через самое непродолжительное время после массажа состав крови приходит в норму, а артериальное давление снижается.

Даже самые простые и не требующие особого усилия приемы массажа, такие, как поглаживание, могут вызвать опорожнение лимфатических сосудов и ускорение тока лимфы. А растирание или ударные приемы могут привести к значительному расширению лимфатических сосудов. Массаж лимфатических узлов не производится. Усиление тока лимфы при припухлых и болезненных лимфатических узлах может привести к распространению инфекции в организме.

Действие массажа на нервную систему

Массаж оказывает воздействие на периферическую и на центральную нервную систему. При массировании кожи нервная система первая реагирует на механическое раздражение. При этом в центральную нервную систему направляется целый поток импульсов от многочисленных нервно-концевых органов, воспринимающих давление, тактильные и различные температурные раздражения.

Под влиянием массажа в коже, мышцах и суставах возникают импульсы, возбуждающие двигательные клетки коры головного мозга и стимулирующие деятельность соответствующих центров. Положительное влияние массажа на нервно-мышечный аппарат зависит от вида и характера массажных приемов (давление рук массажиста, продолжительность массажа и т. д.) и выражается в увеличении частоты сокращения и расслабления мышц и в кожно-мышечной чувствительности. Выше уже говорилось, что под действием массажа улучшается кровообращение. Оно, в свою очередь, ведет к улучшению кровоснабжения нервных центров и периферических нервных образований.

Результаты экспериментальных исследований показали, что перерезанный нерв быстрее восстанавливается, если проводить регулярный массаж поврежденных тканей. Под воздействием массажа убыстряется рост аксонов, замедляется образование рубцовой ткани и происходит рассасывание продуктов распада. Кроме того, массажные приемы помогают уменьшить болевую чувствительность, улучшить возбудимость нервов и проводимость нервных импульсов по нерву. Если проводить массаж регулярно в течение длительного времени, то он может приобрести характер условно-рефлекторного раздражителя. Среди существующих приемов массажа наиболее выраженным рефлекторным действием обладает

вибрация (особенно механическая).

Действие массажа на дыхательную систему.

Различные виды массажа грудной клетки (растирание и разминание мышц спины, шейных и межреберных мышц, области прикрепления диафрагмы к ребрам) улучшают дыхательную функцию и снимают утомление дыхательной мускулатуры. Регулярный массаж, проводимый в течение определенного промежутка времени, оказывает благотворное влияние на гладкую легочную мускулатуру, способствуя образованию условных рефлексов. Основное действие приемов массажа, проведенного на грудной клетке (поколачивание, рубление, растирание межреберных промежутков), выражается в рефлекторном углублении дыхания. Особый интерес у исследователей вызывают рефлекторные связи легких с другими органами, выражающиеся в возбудимости дыхательного центра под воздействием разного рода мышечных и суставных рефлексов.

Действие массажа на обмен веществ и функцию выделения

Науке давно известен тот факт, что массаж усиливает мочеотделение. Причем усиленное мочеотделение и возрастающее количество выделяемого из организма азота продолжается в течение суток после сеанса массажа. Если провести массаж непосредственно после физической нагрузки, то выделение азотистых веществ повысится на 15%. Кроме того, проведенный после мышечной работы массаж ускоряет выделение молочной кислоты из организма.

1. Белая, Н.А. Лечебная физкультура и массаж. Учебно-методическое пособие для медицинских работников / Н.А. Белая. - М.: Советский спорт, 2016. - 272 с.
2. Бирюков, А.А. Лечебный массаж: учебник для студентов вузов / А.А. Бирюков. - М.: Издательский центр «Академия», 2004. - 368 с.
3. Быковская Т.Ю. Виды реабилитации: физиотерапия, лечебная физкультура, массаж: учеб. пособие / Т.Ю. Быковская, А.Б. Кабарухин, Л.А. Семенов, Л.В. Козлова, С.А. Козлов, Т.В. Бесараб; под общ. ред. Б.В. Кабарухина. - Ростов н/Д : Феникс, 2010. - 557 с.
4. Дубровский, В. И. Применение массажа при травмах и заболеваниях у спортсменов / В.И. Дубровский. - М.: Медицина, 2018. - 200 с.
5. Дубровский, В.И. Все виды массажа / В.И. Дубровский. - М.: Молодая Гвардия, 2016. - 428 с
6. Епифанов В.А., Епифанов А.В. Реабилитация в травматологии. М.: ГЭОТАР-Медиа, 2014.
7. Ерёмускин М.А. Классический массаж: учебник для медицинских училищ и колледжей / под ред. М.А. Ерёмускина - «ГЭОТАР Медиа», 2016. - 448 с.
8. Иллюстрированная энциклопедия массажа. - М.: АСТ, Астрель, 2017. - 352 с.
9. Киров, Г. А. Справочник по массажу / Г.А. Киров. - М.: Феникс, 2016. - 348 с.
10. Козлова Л.В. Основы реабилитации для медицинских колледжей: учеб. пособие / Л. В. Козлова, С. А . Козлов, Л. А . Семенов; под общ. ред. Б. В. Кабарухина. - Изд. 7-е. - Ростов н /Д : Феникс, 2012. - 475 с
11. Козырева, О.В. Физическая реабилитация. Лечебная физическая культура. Кинезитерапия. Учебный словарь-справочник. / О.В. Козырева, А.А. Иванов. - М.: Советский спорт, 2010. - 280 с.
12. Козырева, О.В. Физическая реабилитация. Лечебная физическая культура. Кинезитерапия: Учебный словарь-справочник / О.В. Козырева. - М.: Сов. спорт, 2010. - 280 с.
13. Лебедева, Е.Г. Массаж. Лучшие техники и методики / Е.Г. Лебедева. - М.: Центрполиграф, 2018. - 442 с.
14. Миронова, Е. Н. Основы физической реабилитации / Е.Н. Миронова. - Москва: Наука, 2016. - 916 с.
15. Позняков, В.С. Теория и практика массажа: учебно-методическое пособие / В.С. Позняков; СПбГАФК им. П.Ф. Лесгафта. - СПб.: Издво СПбГАФК им. П.Ф. Лесгафта, 2005. - 135 с.
16. Семенова, О. П. Реабилитация посттравматических больных / О.П. Семенова. - Москва: Огни, 2020. - 240 с.
17. Юмашев, Г. С. Травматология и ортопедия / Г.С. Юмашев. - М.: Медицина, 2019. - 504 с.

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://studservis.ru/gotovye-raboty/kurovaya-rabota/230960>