

ПРИМЕНЕНИЕ МАССАЖА ПРИ ДЕТСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЯХ

Абдуворисова Хилола Пулатовна

*Андижанский техникум общественного
здравоохранения имени Абу Али Ибн Сины,
Преподаватель*

Детский лечебный массаж в комплексе с медикаментозной терапией ускоряет лечение многих болезней. Он также оказывает расслабляющее и успокаивающее действие на ребенка, что способствует восполнению сил организма. В самые первые месяцы жизни лечебный детский массаж показан даже абсолютно здоровым малышам — это залог правильного развития и прекрасное средство укрепления здоровья. Процедура также эффективна для профилактики многих нарушений и болезней в первые годы жизни ребенка. Записаться на курсы детского массажа в СПб вы всегда можете в нашей школе!

Подготовленный специалист при помощи массажных действий способен повлиять на все функциональные системы организма. Часто детский медицинский массаж является действенным методом для улучшения состояния больного ребенка, вызывает положительную динамику в терапии. Высокую результативность обеспечивают следующие полезные свойства процедуры:

- Расслабление, снятие напряжения и нагрузки на опорно-двигательный аппарат, мышечных зажимов;
- Обнаружение областей дискомфорта и мышечной боли и снятие симптомов;
- Облегчение формирования правильных двигательных навыков, улучшение моторики;
- Стимулирующее и тонизирующее воздействие на внутренние органы и системы;
- Улучшение кровообращения, нормализация обмена веществ;
- Восстановление правильной работы дыхательной системы;

Помимо лечебных свойств детский медицинский массаж также дает положительный психологический результат. В первые месяцы и годы жизни физический контакт играет для ребенка большую коммуникативную роль, поэтому регулярные сеансы медицинского массажа успокаивают малыша и улучшают его эмоциональный фон.

Все движения, которые производит врач во время лечебной процедуры можно сравнить с аналогичными при взрослом массаже. Но кожа ребенка тоньше, а тело и скелет менее устойчивы, поэтому все движения производятся с гораздо меньшей силой или заменены на более мягкие варианты:

- Разминка — выполняется с помощью достаточно энергичных движений пальцами по поверхности кожи, с целью задействовать подкожные мышцы;

- Поглаживание — расслабляющее легкое воздействие, выполняется круговыми движениями ладоней; оказывает положительное успокаивающее влияние на нервные окончания в тканях, следом расслабляются подкожные мышцы;

- Растирание — выполняется как поглаживание, но более интенсивно; обеспечивает более глубокое воздействие на кожные ткани и мышечный корсет;

- Похлопывание, щипки — наиболее активно влияют на мышцы; также выполняется вибрация при помощи зажимов, надавливаний в определенных точках тела.

Делать лечебный массаж должен только врач-специалист на дому или в поликлинике. При отсутствии подготовки можно выполнять процедуру только на уровне поглаживания, легкого растирания. Так можно снять напряжение с мышц, избежать опасности нечаянно травмировать ребенка.

При выполнении лечебного медицинского массажа необходимо соблюдать следующие правила:

- Покормить ребенка не менее, чем за 40 минут до сеанса, после процедуры есть можно только через полчаса;

- Пользоваться маслом или специальным кремом для смягчения кожи, увеличения ее эластичности;

- На руках не должно быть длинных ногтей или украшений — колец, браслетов, которые могут травмировать кожу;

- Лучше начинать курс не раньше 1-2 месяцев; рекомендуется проводить 3-4 курса с интервалами, по 8-10 занятий в каждом;

- Для детей продолжительность процедуры составляет не больше 5-20 минут, в зависимости от возраста.

Делать лечебный массаж можно только если ребенок находится в спокойном, расслабленном состоянии. Если есть признаки тревоги, напряжения, стресса, малыш кричит или плачет, медицинская процедура не принесет пользы и будет только во вред. Если массажист незнакомый, лучше предварительно дать ребенку несколько минут, чтобы привыкнуть к новому человеку и освоиться в его обществе.

Варианты процедур многообразны и различны в зависимости от типа заболевания и возраста ребенка. Показания для лечебного массажа следующие:

- Гипертонус мышц — следствие нарушений в центральной нервной системе;

- Искривление позвоночника (сколиоз) — формирование неправильного изгиба позвоночника и нарушение осанки;

- Мигрени — длительные приступы головной боли;

- Частые простуды с осложнениями — следствие сниженного иммунитета;

- Кифоз грудного или шейного отдела — образование патологического изгиба позвоночника;

- Кривошея — наклон головы в сторону из-за повреждения или неправильного развития шейных мышц;
- Косолапость, плоскостопие — формирование стоп заканчивается в подростковом возрасте, поэтому в детстве можно исправить искривление или снизить негативный эффект.

Лечебный массаж также необходим при ДЦП — это комплекс заболеваний, развивающихся из-за неправильной работы головного мозга. Болезнь сопровождается многими нарушениями в работе мышц и нервной системы. Регулярное проведение массажных процедур улучшит состояние ЦНС и снижает гипертонус мышц и улучшает состояние ребенка.

Для массажа также существует ряд противопоказаний. Выполнять процедуру не рекомендуется в следующих случаях:

- Простуда с повышением температуры, лихорадка, жар;
- Болезни сердца (врожденный порок сердца);
- Расстройство пищеварения;
- Кожные заболевания и высыпания, аллергия;
- Опрелости и потница на коже у грудничков;
- Инфекционные заболевания.

С осторожностью нужно делать массаж при пупочной или других видах грыжи. Активные движения и надавливание в таких случаях противопоказаны. Врач выполняет поглаживающие круговые движения сначала по часовой стрелке, затем против, перемежая их с легким пощипыванием. Такое воздействие имеет тонизирующий эффект и улучшает состояние малыша, ускоряя выздоровление.

Многие разновидности массажа приносят пользу лишь на определенном этапе развития ребенка. Так выделяют грудничковый массаж, который проводится в первые месяцы жизни до года даже здоровым малышам. Его цели следующие:

- Общее укрепление организма, повышение иммунитета — использование медицинских препаратов и иммуномодуляторов может принести вред организму ребенка, поэтому врачи рекомендуют закаливание и медицинский массаж для профилактики заболеваний;
- Снятие гипертонуса — в первые месяцы у многих детей развивается перенапряжение мышц, вызванное длительным почти неподвижным пребыванием в утробе; по мере развития ЦНС избыточный тонус уходит, но иногда возникают нарушения; массаж помогает снять напряжение и болевой синдром, производит успокаивающее воздействие;
- Улучшение моторики, координации движений — предотвращает задержки в развитии, ребенок становится более активным, раньше начинает переворачиваться и ползать;
- Лечение заболеваний опорно-двигательного аппарата — нарушений, вывихов, кривошеи, плоскостопия;

• Коррекция — выполнение поддерживающей терапии для закрепления результатов основного курса;

От обычного грудничкового отделяют массаж для недоношенных детей — в этом случае часто присутствуют нарушения в работе нервной системы, которые следует скорректировать. Сеансы массажа помогают таким детям, налаживая работу ЦНС, улучшая сон, снимая гипертонус мышц.

ВАЖНО: Проведение лечебного массажа ребенку в возрасте до года лучше доверить квалифицированному практикующему специалисту, который хорошо знает особенности детской анатомии и происходящих в теле ребенка процессов. Мать может находиться на медицинской процедуре, чтобы снизить эмоциональное напряжение малыша.

У детей постарше часто развивается синдром гиперактивности, также связанный с повышенной возбудимостью нервной системы. Такие дети часто двигаются и ходят во время сна, у них проблемы с координацией движений, мозг одинаково активно работает днем и во время сна, поэтому перегружается. Гиперактивность часто сопровождается синдромом дефицита внимания, повышенной утомляемостью, проблемах с развитием.

Медицинский массаж в этом случае делается курсами, каждый сеанс должен длиться около 20-30 минут, лучше всего проводить их утром. Во время процедуры врач воздействует на определенные точки, снимая напряжение с мышц, налаживая опорно-двигательный аппарат, регулируя работу нервной системы. Полезен также облегченный расслабляющий массаж перед сном, который может выполнять кто-то из домашних. Такой сеанс помогает ребенку успокоиться перед сном, перевести нервную систему и мозг в режим отдыха.

Литература:

1. Массаж : [арх. 28 сентября 2022] / Таламбум Е. А. // Маниковский — Меотида [Электронный ресурс]. — 2011. — С. 297. — (Большая российская энциклопедия : [в 35 т.] / гл. ред. Ю. С. Осипов ; 2004—2017, т. 19). — ISBN 978-5-85270-353-8.
2. Массаж / Фёдорова Г. С. // Ломбард — Мезитол. — М. : Советская энциклопедия, 1974. — (Большая советская энциклопедия : [в 30 т.] / гл. ред. А. М. Прохоров ; 1969—1978, т. 15).
3. Гольдин, Э. А. Самомассаж : Здоровье и хорошее самочувствие своими руками / Э. А. Гольдин, Л. М. Мойсюк, Ю. Э. Закидышева. — М. : Вильямс, 2005. — 160 с. — ISBN 5-8459-0763-2.
4. Дубровский, В. И. Практическое пособие по массажу / В. И. Дубровский, Н. М. Дубровская. — М. : Шаг, 1993. — 448 с. — ISBN 5-86001-004-4.
5. Ерёмушкин, М. А. Основы мануальной техники массажа. — Ростов на Дону : Феникс, 2007. — 188 с. — (Качество жизни). — ISBN 978-5-222-12267-9.
6. Ерёмушкин, М. А. История массажа : Забытые секреты мастерства. — Ростов на Дону : Феникс, 2007. — 187, [1] с. : ил. — (Качество жизни). — ББК 53.54. — УДК 615.82^(G). — ISBN 978-5-222-12267-9.
7. Погосян, М. М. Массаж. — М. : Советский спорт, 2007. — С. 750.