

МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Кафедра фізичної реабілітації, спортивної медицини,
фізичного виховання і здоров'я

Методика та техніка класичного масажу

Тема 3. Види масажу

Методичні рекомендації для практичних занять
студентів II курсу медичних факультетів
спеціальності «Фізична терапія, ерготерапія»

Запоріжжя

Затверджено:

на засіданні кафедри фізичної реабілітації, спортивної медицини, фізичного виховання і здоров'я ЗДМУ протокол № 1 від 29.08.2019 р.

на ЦМР ЗДМУ

протокол №1 від 29.08.2019 р.

Автори:

Сазанова І.О. старший викладач кафедри фізичної реабілітації, спортивної медицини, фізичного виховання і здоров'я ЗДМУ;

Методичні рекомендації призначені для студентів, які навчаються за спеціальністю 227 «Фізична терапія, ерготерапія» ЗВО МОЗ України. Містять базові питання з методики та техніки класичного масажу, вивчення яких передбачено навчальною програмою з дисципліни «Методика та техніка класичного масажу».

ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ №3

Види масажу

Курс: II

Спеціальність: 227 «Фізична терапія, ерготерапії»;

Кількість навчальних годин одного заняття 2;

1.Заняття №3

2.Тривалість теми 2 (год.).

3.Навчальна мета: **Оволодіти гігієнічними основами проведення процедур масажу.**

Знати: Оснащення кабінету масажу, різновиди масажних столів та основні вимоги до них. Основні аспекти в роботі масажиста, вимоги до його одягу і взуття. Профілактику професійних захворювань.

4.Базові знання, вміння, навички, необхідні для вивчення теми (міждисциплінарна інтеграція) (табл.1)

Таблиця 1

№ з/п	Назви попередніх дисциплін	Отримані навички
1.	Анатомія	Знати анатомічну будову тіла людини, особливості шкіри, скелетно-м'язової системи та опорно-рухового апарату.
2.	Фізіологія	Знати особливості фізіологічного стану організму у стані фізіологічного спокою та після дії на нього масажу.

5. Теоретичні дані та завдання для самостійної роботи:

5.1. Зміст теми:

1. Гігієнічні основи проведення процедур масажу: санітарно-гігієнічні вимоги та умови проведення масажу.

Приміщення, де проводиться процедура масажу, повинно бути світлим (освітленість 120 – 150 лк.), сухим, добре вентильоватися. Температура повітря від +20 до +22°C. При проведенні процедури масажу повинно бути тихо, не має бути сторонніх осіб. Масаж проводять на спеціальній кушетці. Її висота становить 60 – 80 см, довжина 185 – 200 см, ширина 50 – 60 см. На кушетці повинен бути валик діаметром 25 – 30 см. Валик необхідний для того, щоб при процедурі масажу нижнім кінцівкам надати фізіологічне положення для кращого розслаблення м'язів .

В масажному кабінеті має бути шафа для зберігання чистих простирادل, халатів, рушників, тальку, мила, масажних приборів, апаратів, інших пристосувань, що використовуються під час масажу; умивальник з

теплою і холодною водою, два крісла, письмовий стіл з реєстраційним журналом, графін для питної води, стакан, ширма. Обов'язково наявність аптечки, де має бути вата, спиртовий розчин йоду, стерильні бинти, лейкопластир, вазелін, дезинфікуюча мазь, нашатирний спирт, валеріанові краплі, присипки, еластичний бинт.

Перед процедурою масажу пацієнт повинен прийняти теплий душ, або обтертися вологим рушником. Для більшого ефекту масажу необхідно досягти повного розслаблення м'язів масованої ділянки тіла. Такий стан настає в середньому фізіологічному положенні, коли суглоби кінцівок зігнуті під певним кутом. Якість виконання масажу в значній мірі визначається положенням масажиста відносно пацієнта.

Масажист повинен добре знати анатомію, топографію м'язів, судин, нервів; фізіологічну дію окремих прийомів масажу, проводити діагностичне пальпаторне обстеження, досконало володіти технікою і методикою масажу. Масажист повинен завжди стежити за своїми руками. Вони повинні бути без подряпин, тріщин і мозолів. При жирній шкірі рук масажист може користуватись кремами "Томатний", "Вікторія", при сухій шкірі використовують креми "Велюр", "Персиковий", "Нектар". Добре зм'якшує шкіру рук такий склад: гліцерин 25 г, нашатирний спирт 2,5 г, винний спирт 96° - 5г.

Одяг повинен бути легким, вільним, не сковувати рухів. На руках не повинно бути предметів, що можуть пошкодити шкіру пацієнта. Під час масажу не розмовляти, дихати ритмічно, вільно, своєчасно змінювати положення тіла.

До основних прийомів ручного масажу А.Ф.Вербов (1966) відносить:

1) погладження, 2) розтирання, 3) розминання, 4) вібрацію.

Крім основних прийомів є різні їх варіанти – це допоміжні прийоми. Застосування допоміжних прийомів зумовлено анатомо-фізіологічними особливостями масованої ділянки тіла, віком, статтю пацієнта, характером і стадією захворювання. При проведенні процедури масажу використовуються, як правило, всі прийоми. Dollinger J. писав, що "масажні прийоми, як окремі тони музики, ніколи довго не звучать поодиночі, а переходять один в другий, зливаючись в акорд".

2. Оснащення кабінетів масажу, різновиди масажних столів, основні вимоги до них.

Меблі для масажу вибирається відповідно до того, де вона буде використовуватися, якого розміру масажний кабінет, а також з урахуванням того, який масаж буде проводитися. У кабінеті обов'язково повинен бути масажний стіл, додатково кабінет може обладнуватися масажними кріслом і столиком (останній призначений для масажування рук), масажними валиками.

особливості столів

Основний предмет меблів для масажного кабінету - стіл масажний, який буває

2-х модифікацій:

- Стационарний масажний стіл виготовляється з дерева, встановлюється на постійній основі в кабінеті масажу. Він, як правило, досить важкий;
- Переносний стіл, який виготовляється з легких порід дерева і важить до 20 кг. Його легко можна розмістити і розташувати в автомобілі багажника. Такий стіл можна мати на додаток до стационарного столу, щоб працювати на дому, на виїзді, а також його можна встановлювати і в масажному кабінеті.
- Довжина масажного столу складає 1,9-2,1 м, ширина - 0,55-0,85 м.
- Ширина столу найчастіше буває від 75 до 85 см, більш вузька стільниця використовується в комплекті з підйомними підлокітниками.
- Довжина столу при наявності підголівника не перевищує 1,9 м, довші столи з отворами для особи.

При виборі розміру столу слід керуватися наступними критеріями:

- Зручність пацієнта, який повинен повністю лежати на поверхні, завдяки чому забезпечується розслаблення і ефективність процедури;
- Зручність масажиста, який повинен мати можливість без проблем підходити з будь-якого боку до пацієнта

Щоб визначити, чи правильно підібрана висота, треба стиснувши кисть в кулак, не нахилиючись і не згинаючи руки в ліктях, торкнутися поверхні стільниці тильною стороною середніх фаланг пальців. Якщо масажист зміг зробити це, значить стіл підібраний правильно.

Поверхня виконується з напівм'якого матеріалу, так як занадто жорстка або м'яка поверхня знизять ефективність масажу.

Можна купити масажний стіл з різною кількістю секцій, підйом яких регулюється вручну або за допомогою електроприводу:

- Односекційний, який не поділений на секції і має отвір в області обличчя, для проведення масажу в положенні «лежачи на животі»;
- 2-х секційний, у якого може підніматися головний або / і ножна секція. Підголівник стане в нагоді при масажуванні особи, проведення косметологічних і SPA-процедур, а секція для підйому ніг - при масажі стоп;
- 3-х секційний з регульованою серединною секцією, положення якої можна змінити, щоб створити вигин, максимально наближений за формою до вигину хребта пацієнта.
- Висота стационарного столу може регулюватися за допомогою спеціальної гідравлічної системи.

Для виготовлення каркаса використовуються наступні матеріали - дерево, алюміній, сталь або їх комбінації. Покриття - зі штучної або натуральної шкіри. Для наповнення напівм'яких подушок використовують поролон або поліуретан.

Переносний стіл розрахований на навантаження до 200 кг, існують моделі, які витримують вагу до 350 кг.

Стационарні столи витримують навантаження до 1500 кг. Стационарний стіл може важити до 300 кг.

Масажний стіл Крісла, столики, валики крісло масажне

Це спецобладнання використовується, коли пацієнт перебуває в положенні сидячи. Знімна спинка, дозволяють проводити сегментарний або точковий масаж. Для масажування особи призначений спеціальний підголівник.

столик масажний

Для масажування кистей рук. Габарити (Д * В * Ш) - 0,55 * 0,65-0,7 * 0,3-0,35 м. Поверхня столика виконується з матеріалу з напівм'якої структурою.

Валики

Призначені для підкладання під різні частини тіла під час проведення певних видів масажу. Габарити (Д * Ш) - 0,5-0,6 * 0,15-0,2 м. Валик обтягнутий м'яким дерматином, а зверху для комфортного зіткнення з тілом пацієнта, натягується чохол з бавовняної тканини для того, щоб холодний дерматин НЕ викликав спазм судин, який зменшує ефективність процедури.

3. Організація праці масажиста: психологічний та технічний аспекти в роботі масажиста, вимоги до рук масажиста, його одягу та взуття.

Професіоналізм і загальна культура масажиста грають важливу роль по відношенню до пацієнтів до проведеної процедури. У зв'язку з цим у взаєминах масажиста і масажованого можна виділити два аспекти - психологічний і технічний.

Під першим розуміється вміння масажиста розташувати до себе пацієнта, проявити терпіння, дружелюбність, продемонструвати впевненість у правильності виконання масажних прийомів; під другим - необхідні професійні навички.

Масажист повинен мати такі риси, як уважність, врівноваженість, тактовність. Змусивши пацієнта повірити в благотворну дію масажу на організм, масажист зуміє отримати достовірну інформацію про фізичному і психічному стані масажованого, що дуже важливо для складання плану проведення одного сеансу масажу і всього курсу в цілому.

Технічний аспект передбачає строге проходження методикою, розробленою відповідно до діагнозом. Проте професійний масажист повинен вміти не тільки вибирати найбільш ефективні прийоми, а й використовувати у своїй практиці будь-який вид масажу, наприклад лікувальний у відновлювальний період після травми або заспокійливий при безсонні. Робота масажиста передбачає тісний контакт з лікуючим лікарем пацієнта.

Щоб правильно вибрати методикою масажу для кожного пацієнта, масажист зобов'язаний перед початком курсу визначити функціональний стан масажованого, для чого провести загальний і спеціальний огляд.

При загальному огляді рекомендується звертати увагу в першу чергу на тип конституції і реагування людини та її загальний фізичний стан, при спеціальному - на реагування шкірних покривів і тканин на механічні

подразнення. Можна також провести опитування пацієнта і скористатися методом пальпації (обмацування) масажованих тканин. Як відомо, шкіра завжди подає сигнали про початок захворювання. У здорової людини колір шкірних покривів залежить від товщини, кількості пігменту і глибини залягання кровоносних судин. Блідість шкіри свідчить про брак гемоглобіну в крові, розвитку будь-яких інфекційних захворювань. Надмірне почервоніння шкірних покривів на окремих ділянках тіла може бути викликано дерматитами, флегмонами та іншими шкірними захворюваннями. Шкіра жовтуватого кольору характерна для людей, хворих на гепатит і холецистит.

При огляді пацієнта необхідно також звернути увагу на вологість шкіри. Надмірне потовиділення у здорової людини може спостерігатися при високій температурі навколишнього середовища, інтенсивному фізичному навантаженні, а також при неврозах і деяких інфекційних захворюваннях, що супроводжуються підвищенням температури тіла. Надмірна сухість шкірних покривів характерна для літніх людей, а також для пацієнтів з пригніченою функцією потових залоз.

Здорова шкіра щільна і досить пружна, вона не відокремлюється від підшкірно-жирової клітковини і швидко розправляється після здавлювання пальцями, в цьому випадку говорять, що шкіра має гарний тургором. При деяких захворюваннях, а також у міру старіння організму тургор виявляється зниженим.

При скупченні рідини в тканинах спостерігається набряк. При натисканні на набряковому ділянці утворюється ямка, яка розправляється дуже повільно. Набряк може бути місцевим або загальним. У першому випадку причиною є розлад крово- і лімфообігу, а також запальні процеси в тканинах і травми, у другому - захворювання серця, нирок і деяких внутрішніх органів.

Висипання на шкірі нерідко з'являється внаслідок алергічної реакції на прийом будь-яких медикаментозних препаратів або харчових продуктів. У цьому випадку масаж проводити не можна. Не рекомендується використання масажних прийомів і в тому випадку, якщо мають місце шкірні крововиливи, викликані ударами або захворюваннями, що супроводжуються поганий згортанням крові (гемофілія та ін.)

За наявності на тілі пацієнта невеликих подряпин і саден масаж проводити не забороняється, однак якщо рани великі, що кровоточать, процедуру слід на якийсь час відкласти.

Як правило, лімфатичні вузли на тілі здорової людини не видно і не промацуються. Розвиток запального процесу, викликаного травмами, нагноєнням та іншими причинами, призводить до збільшення шийних, пахових, ліктьових і надключичних лімфатичних вузлів.

При огляді пацієнта слід звернути увагу і на кровоносні судини. Виявлені ущільнення і болючість в пацієнт області перешкоджають проведенню процедури масажу. Не слід активно масажувати підколінну ямку, внутрішню поверхню стегна і плеча, а також область шиї у літніх

людей.

Пальпацією необхідно визначити тонус м'язів, їх рельєфність, силу, щільність, пружність. Здорові м'язи відрізняються м'якістю, пружністю, еластичністю. Деякі захворювання (міозит, остеохондроз та ін), а також надмірні фізичні навантаження, що викликають перевтома скелетної мускулатури, є причинами хворобливості м'язів, порушення їх скорочувальної здатності і появи ущільнень.

Огляд і пальпація суглобів дозволяє виявити наявність травм і запальних процесів в суглобовій сумці. У цьому випадку відзначається припухлість в області суглоба, болючість, порушення рухливості і локальне підвищення температури, що викликає напругу і почервоніння шкіри. Масаж при виявленні таких відхилень проводити не можна.

При обмацуванні окремих ділянок тіла по ходу нервових стовбурів масажист може створити уявлення про стан нервової системи пацієнта. Хворобливість в деяких точках, а також іррадіюча біль є яскравим свідченням того чи іншого нервового захворювання. Щоб не помилитися у виборі раціональних методів впливу, масажист повинен добре знати анатомію, розташування головних нервових стовбурів і місця виходу окремих нервів.

Тільки після того, як будуть проведені обстеження та опитування пацієнта, масажист може переходити до виконання масажної процедури. Дані про стан пацієнта до і після масажу він повинен заносити в спеціальний журнал.

Оскільки під час процедури відбуваються великі витрати енергії, масажистам необхідно правильно організувати свою працю. Не можна робити жодного зайвого руху: руки повинні рухатися м'яко, плавно і в той же час ритмічно. Слід працювати по черзі то правою, то лівою рукою. Якщо масажний прийом передбачає вплив з деяким зусиллям, необхідно використовувати вагу руки і тулуба, але не задіяти при цьому «зайву» групу м'язів. Руки масажиста - головний робочий інструмент, від їх стану залежить ефективність проведеної процедури. Руки повинні бути сильними, пластичними і витривалими, для вироблення цих якостей необхідно регулярно виконувати такі вправи:

1. Початкове положення: сидячи, руки опущені уздовж тулуба. По черзі стискати в кулак і розтискати кисті правої та лівої руки. Повторити кілька разів.

2. Початкове положення: сидячи, кисті рук підставою спираються на стіл. Провести пальцями руху, як при грі на фортепіано. Повторити кілька разів.

3. Початкове положення: сидячи, кисті рук лежать на столі долонями вниз. Не відриваючи долоні від столу, повільно підняти і опустити палець, намагаючись утримати інші на столі. Повторити вправу для кожного пальця по 5-6 разів.

4. Початкове положення: сидячи, кисті рук лежать на столі долонями вниз. Не відриваючи підстави долонь від горизонтальної поверхні,

підняти випрямлені пальці і різко опустити їх вниз, сильно вдаривши подушечками пальців по столу. Повторити 5-6 разів.

5. Початкове положення: сидючи, лікті стоять на столі. Виконати пензлем кожної руки кілька обертальних рухів спочатку за годинниковою стрілкою, потім проти годинникової стрілки.

6. Початкове положення: стоячи, ноги на ширині плечей, руки з гантелями (вагою до 3 кг) опущені вниз.

Виконати повороти тулуба вліво і вправо. Повторити вправу в кожену сторону 6-8 разів.

7. Початкове положення: стоячи, ноги на ширині плечей, руки з гантелями розведені в сторони. Виконати згинання та розгинання в променезап'ясткових суглобах. Повторити вправу 6-8 разів.

8. Початкове положення: стоячи, ноги на ширині плечей, руки з гантелями витягнуті вперед. Виконати повороти тулубом вліво і вправо, одночасно згинаючи і розгинаючи руки в променезап'ясткових суглобах. Повторити вправу 6-8 разів.

Під час сеансу руки масажиста повинні бути сухими, чистими, м'якими і теплими. Перед початком процедури слід вимити їх теплою водою з милом, обсушити чистим рушником і обробити розведеним спиртом лимонним соком, жирним кремом або пом'якшувальною рідиною, що з гліцерину (25 г), 3%-ного водного розчину аміаку (25 мл) і 96% - ного етилового спирту (5 мл). При надмірній пітливості руки слід протерти 1%-ним розчином формаліну, сполоснути прохолодною водою і посипати тальком.

Неприпустимо наявність на долонях масажиста мозолів і грибкових захворювань. Щоб уникнути їх появи рекомендується виконувати всі роботи по будинку в гумових або бавовняних рукавичках, користуватися пом'якшувальними і лікувальними кремами.

Якщо шкіра на руках сильно забруднена, можна зробити наступне: розвести в теплій воді 5 г чайної соди, 30 г гліцерину і 2,5 г нашатирного спирту, опустити в приготовлений розчин руки і потримати їх у ньому протягом 5-10 хв. Потім ретельно обсушити руки чистою серветкою і нанести на шкіру живильний крем. Очищує ефектом володіють сольова ванночка (50 г солі на 500 мл води) та слабкий водний розчин оцтової кислоти.

Кілька разів на тиждень, перед сном бажано робити пом'якшувальні ванночки для рук: з картопляного відвару (картопля змішують з водою, в якій він варився, і тримають руки в отриманій масі протягом 10-15 хв), з відвару вівсяних пластівців, липового цвіту (з рослинною олією).

Масажиста слід регулярно підстригати нігті, не допускаючи їх відростання більше оптимальної довжини (нігті не повинні виступати за кінчики пальців).

Щоб уникнути травмування шкіри пацієнта перед початком кожного сеансу необхідно знімати наявні кільця, браслети, наручний годинник і надягати чистий халат з короткими рукавами і зручне взуття.

Масажист повинен планувати свою роботу таким чином, щоб тривалі і найбільш складні сеанси припадали на першу половину дня, причому намагатися чергувати їх з легкими, короткочасними.

Протягом робочого дня слід робити кілька 5-10-хвилинних перерв для відпочинку, під час яких виконувати вправи для зміцнення постави та активізації кровообігу. Недотримання цих рекомендацій може спровокувати розвиток у масажиста плоскостопість і розширення вен, уповільнення венозного кровообігу в черевній порожнині, опущення внутрішніх органів. З метою профілактики цих захворювань масажист повинен періодично міняти робочу позу, оптимальний варіант - чергувати роботу сидячи і стоячи.

Необхідно вибрати таке вихідне положення, яке під час проведення сеансу не викликало б надмірного напруження м'язів і зв'язок, затримки дихання і в той же час дозволяло безперешкодно масажувати певну ділянку тіла.

Під час сеансу масажу не слід розмовляти, тому що це викликає порушення дихання у масажиста і підвищення м'язового тону у масажованого. Однак не варто залишати без уваги скарги пацієнта на негативний вплив процедури на його фізичний стан.

Перед початком процедури пацієнт повинен спочатку прийняти теплий душ або обтерти тіло вологим рушником, а потім витертися насухо.

При локальному масажі забруднену ділянку тіла обробляють денатурованим спиртом або одеколоном.

Необхідно оголити масажовану частину тіла; допускається перебування пацієнта під час процедури в нижній білизні, проте одяг не повинен заважати масажиста. Якщо тіло пацієнта густо вкрите волоссям, масаж можна проводити через тонку простирadlo або з використанням спеціальних емульсій, це запобіжить роздратування волоссяних цибулин. Якщо на шкірі є які-небудь пошкодження (садна, порізи, подряпини, расчеси), перед початком процедури їх слід обробити йодом, діамантовим зеленим або ксероформовою маззю і заклеїти лейкопластиром. Можна з цією ж метою скористатися клеєм БФ-6. Під час масажу пошкожені ділянки не слід чіпати. За таких шкірних захворюваннях, як екзема, лишай, потрібно відмовитися від послуг масажиста до повного одужання.

Приблизно за 2 години до проведення процедури масажована не повинен приймати їжу у великих кількостях, кишечник і сечовий міхур під час сеансу повинні бути спорожнені.

4. Правила роботи масажиста: профілактика професійних захворювань масажиста, найбільш раціональні пози масажиста під час масажу.

Для досягнення максимальної ефективності масажу не менш важливим є створення зручних умов для роботи масажиста. Він повинен навчитися приймати правильне положення відносно пацієнта, стежити за правильною висотою масажного столу, рівномірно навантажувати

обидві руки (для цього потрібно одразу вчитися масажувати однаково обома руками), вчасно переносити центр ваги з однієї ноги на іншу ("змінювати опорну ногу"), стежити за частотою свого дихання (ні в якому разі не затримувати). Після кожного сеансу необхідно сидячи відпочивати 5-7 хвилин, після 3-4 процедур масажу бажаний 20-хвилинний відпочинок, під час якого рекомендується піднімати ноги.

Дуже важливо правильно планувати свій робочий день: найскладніші масажі (наприклад, масаж при ожирінні) призначати на початок робочого дня, щоб до кінця робочого дня навантажування зменшувалося. Масажисту необхідно прискіпливо виконувати правила асептики та антисептики, ретельно дотримуватися особистої гігієни, стежити за станом шкіри рук, і взагалі стежити за своїм здоров'ям, пам'ятаючи про небезпеку професійних захворювань. Серед них: варикозне розширення вен, тендовагініти, радикуліти, періартрити, остеохондроз, сплющення стопи. Масажисти дуже вразливі до простудних захворювань, які слід попереджати, а в разі захворювання необхідно інтенсивно лікуватися і не працювати з пацієнтами до повного одужання. Масажист постійно працює з хворими людьми, які часто роздратовані, вередливі, вимогливі. Особливо про це повинні пам'ятати студенти медицини і лікарі, що практикують масаж. Тому, якщо масажист дійсно зацікавлений в успішності своєї діяльності, він повинен вміти встановити довірливі стосунки з пацієнтом. Завоювати повагу він може лише демонструючи впевнене і чітке володіння своїм мистецтвом, але цього мало.

Під час спілкування з пацієнтом він має продемонструвати делікатність, ерудованість і обов'язкове колегіальність.

Масажист повинен пам'ятати, що його успіх насамперед залежить від власної поведінки. У разі будь-яких ускладнень, якщо масажист впевнений у тому, що суб'єктивна неадекватна реакція пацієнта, він зобов'язаний проконсультуватися з лікарем. Під час сеансу масажу пацієнта не повинні відволікати сторонні звуки, допускається тиха музика, але і вона повинна бути вимкнена, якщо масажист помітить, що пацієнту це не подобається. Під час сеансу недопустима присутність сторонніх людей. Розмовляти з пацієнтом можна, але потрібно робити це так, щоб пацієнт із задоволенням слухав і не помічав, що це монолог масажиста. Якщо розмова "збиває" ваше дихання, краще робити масаж мовчки.

5. Норми часу та облік роботи масажиста.

Робочий день масажиста триває 6,5 годин. Норма часу на масаж визначається за тривалістю (у хвилинах) чи за кількістю масажних одиниць на одну процедуру. За одну масажну одиницю приймають роботу тривалістю 10 хв. За одну умовну масажну одиницю прийнята масажна процедура (безпосереднє проведення масажу), на виконання якої потрібно 10 хвилин. Час переходів (переїздів) для виконання

масажних процедур за межами кабінету враховується в умовах масажних одиницях за фактичними витратами часу. Додаток до наказу був затверджений в 1993 році, тому використана в ньому термінологія не всюди відповідає сучасній Міжнародній анатомічній номенклатурі, прийнятій у 1997 році в Сан-Пауло, якою користувалися автори (авт). Норма навантаження на одного масажиста – 30 масажних одиниць на один робочий день. 1,5 години робочого дня, що від цього залишається відводиться на підготовку до процедури, оформлення документації, короткочасного відпочинку. Документація масажного кабінету. Основним документом є журнал реєстрації пацієнтів, що лікуються в масажному кабінеті. В журналі записують: порядковий номер реєстрації, прізвище, ім'я, по батькові; номер історії хвороби чи амбулаторної карти, прізвище лікуючого лікаря; діагноз захворювання, з призводу якого призначений масаж, методика масажу, ділянка масажу, кількість масажних процедур; дати проведення процедур масажу. Для кожного хворого у журналі передбачається графа, де відмічається реакція хворого на масаж та результати лікування масажем. Усі записи проводять під контролем лікаря. Крім цього, в масажному кабінеті повинна бути картотека лікувальних методик: короткий план проведення процедури масажу при окремих захворюваннях; схема розподілу масажних процедур по одиницях та часу, необхідного на їх проведення, графік роботи масажистів та графік прийому хворих кожним масажистом. У кінці кожного місяця, кварталу, півріччя та року масажист повинен давати звіт про кількість хворих, що пройшли лікування масажем, кількість відпущених процедур, кількість виконаних одиниць масажу всього за нозологічними одиницями та за окремими підрозділами лікувального закладу (поліклініка, стаціонар, окремі відділення та ін.)

Питання для самоконтролю:

1. Яким кремами може користуватися масажист при жирній шкірі рук ?
2. Якими кремами може користуватися масажист при сухій шкірі рук?
3. Яке спецобладнання використовується, коли пацієнт перебуває в положенні сидячи?
4. Основні прийоми ручного масажу?
5. Скільки триває робочий день масажиста?
6. Що є основним документом пацієнтів, що лікуються в масажному кабінеті?

Література

1. Вакуленко Л.О. Основи масажу / Л.О. Вакуленко, З.П. Прилуцький, Д.В. Вакуленко, С.В. Кутаков, Н.Ю. Лучишин. – Тернопіль, 2013. – 132 с.
2. Корольчук А.П. Масаж загальний і самомасаж: навчально-методичний посібник для студентів факультету фізичного виховання і спорту / А.П. Корольчук, А.С. Сулима – Вінниця: 2018. – 124 с.