

Ерёмушкин М. А.

МЕДИЦИНСКИЙ МАССАЖ

Учебное пособие

2-е издание,
переработанное и дополненное



Рекомендовано Ученым Советом ФГБУ «Национальный медицинский исследовательский центр реабилитации и курортологии» Минздрава России в качестве учебного пособия для студентов и аспирантов медицинских колледжей и ВУЗов, курсов ДПО, врачей по лечебной физкультуре и спортивной медицине.

Протокол № 11 от 26.11.2019

Издательство «Наука и Техника»

УДК 616.89
ББК 56.14

*Рекомендовано Ученым Советом ФГБУ «Национальный медицинский исследовательский центр реабилитации и курортологии» Минздрава России в качестве учебного пособия для студентов и аспирантов медицинских колледжей и ВУЗов, курсов ДПО, врачей по лечебной физкультуре и спортивной медицине.
Протокол № 11 от 26.11.2019*

Рецензенты:

Бирюков А. А. – д.п.н., профессор кафедры лечебной физической культуры, массажа и реабилитации Российского университета физической культуры, спорта и туризма, заслуженный работник физической культуры РФ, Гранд-доктор философии Всемирного информационно-распределительного университета.

Поляев Б. А. – д.м.н., профессор, заведующий кафедрой лечебной физкультуры, спортивной медицины и физического воспитания Российского государственного медицинского университета (РГМУ), президент Российской ассоциации по спортивной медицине и реабилитации больных и инвалидов (РАСМИРБИ), заслуженный врач РФ, член Комиссии по медицине и науке Европейских Олимпийских Комитетов (ЕОС).

Ерёмушкин М. А.

Медицинский массаж. Учебное пособие, 2-е изд., перераб. и доп. – СПб.: Наука и Техника, 2020. – 416 с.: ил.

В данном учебном пособии подробно освещаются вопросы теории и методологии медицинского массажа, использование которых на практике может в значительной степени повысить эффективность работы каждого массажиста.

Профессионально рассмотрены организация и приемы мануальной техники массажа, влияние отдельных приемов массажа на подлежащие ткани, а также влияние массажного воздействия на системы регуляции гомеостаза. Отдельная глава посвящена теме осложнений в результате использования массажного воздействия. Представлены попытки автора подвести некий итог работы, проделанной многими учеными и врачами разных стран мира в изучении действия массажа на человеческий организм, тем самым восполнив имеющийся острый дефицит в области серьезной профессиональной литературы по массажу.

Учебное пособие предназначено для преподавателей и студентов курсов ДПО по медицинскому массажу, студентов медицинских колледжей и ВУЗов, а также врачей по лечебной физкультуре и спортивной медицине, физиотерапевтов, рефлексотерапевтов, мануальных терапевтов и специалистов в области физической и реабилитационной медицины.

ISBN 978-5-94387-792-6



9 78- 5- 94387- 792- 6

© Ерёмушкин М. А.
© Издательство «Наука и Техника»

ОГЛАВЛЕНИЕ

Предисловия.....	8
<i>От автора к первому изданию.....</i>	<i>10</i>
<i>От автора ко второму изданию.....</i>	<i>13</i>
Благодарность.....	14
Общая часть	
Глава 1. Общие понятия о массаже.....	16
1.1. Определение массажа.....	16
1.2. Классификация систем и видов массажа.....	21
1.3 Действующие факторы мануальной техники массажа.....	29
Глава 2. Приемы мануальной техники массажа.....	42
2.1. Классификация мануальных приемов массажа.....	42
2.2. Характеристика приемов мануальной техники массажа.....	64
2.2.1. Приемы поглаживания.....	64
2.2.2. Приемы растирания.....	68
2.2.3. Приемы разминания.....	71
2.2.4. Приемы вибрации.....	75
Глава 3. Организация работы массажиста при выполнении приемов мануальной техники массажа.....	82
Глава 4. Методологические аспекты использования приемов мануальной техники массажа.....	94

Глава 5. Обучение мануальной технике массажа.....	114
Специальная часть	
Глава 6. Общие закономерности физиологического действия массажа.....	128
Глава 7. Влияние отдельных приемов массажа на подлежащие ткани (местное действие).....	134
7.1. Трение.....	136
7.2. Деформация напряжения.....	139
7.3. Перемещение (перераспределение).....	160
7.4. Вибрация.....	170
Глава 8. Влияние массажного воздействия на системы регуляции гомеостаза (общее действие).....	180
8.1. Реакция рецепторного аппарата на массажное воздействие.....	181
8.1.1. Механорецепция.....	182
8.1.2. Терморецепция.....	191
8.1.3. Ноцицепция.....	194
8.1.4. Проприорецепция.....	198
8.1.5. Хеморецепция.....	202
8.2. Пути передачи тактильной информации от рецепторов к структурам ЦНС.....	203



8.3. Рефлекторные эффекты, возникающие в результате массажного воздействия.....	208
8.3.1. Влияние массажа на рефлекторную регуляцию соматических функций.....	208
8.3.2. Влияние массажа на рефлекторную регуляцию вегетативных функций.....	251
8.3.2.1. Системная гемодинамика (функции крово- и лимфообращения).....	255
8.3.2.2. Внутренние органы (функции дыхания, пищеварения, выделения, репродукции).....	295
8.3.2.3. Внутренняя среда организма (обмен веществ).....	325
8.4. Гуморальные эффекты, возникающие в результате массажного воздействия.....	343
8.4.1. Влияние на систему местной гуморальной регуляции.....	343
8.4.2. Влияние на систему гормональной регуляции.....	349
8.5. Действие массажа на психоэмоциональную сферу.....	356
Глава 9. Осложнения в результате использования массажного воздействия.....	374
Глава 10. Рекомендации по оформлению назначения массажного воздействия.....	382
Основные тенденции развития массажа в современном мире (вместо заключения).....	389
Список литературы к общей части	392
Список литературы к специальной части.....	397

