	ФОРМУЛЯР	Индекс: Фо 04.01.01-02
		Издание: П
	УЧЕБНА ПРОГРАМА	Дата: 11.09.2015 г.
		Страница 1 от 9

МЕДИЦИНСКИ УНИВЕРСИТЕТ – ПЛЕВЕН
МЕДИЦИНСКИ КОЛЕЖ
СПЕЦИАЛНОСТ “МЕДИЦИНСКА КОЗМЕТИКА”

ОДОБРЯВАМ:

ВЛИЗА В СИЛА

Директор МК:

ОТ УЧЕБНАТА 2016/2017 г.

(доц. д-р П. Йорданова – Лалева, дм)

УЧЕБНА ПРОГРАМА

ПО

ЛЕЧЕБЕН, КОЗМЕТИЧЕН И АПАРАТЕН

МАСАЖ


ЗА РЕДОВНО ОБУЧЕНИЕ В СПЕЦИАЛНОСТ

“МЕДИЦИНСКА КОЗМЕТИКА ”

ОБРАЗОВАТЕЛНО-КВАЛИФИКАЦИОННА СТЕПЕН

“ ПРОФЕСИОНАЛЕН БАКАЛАВЪР”

ПРОФЕСИОНАЛНО НАПРАВЛЕНИЕ „ЗДРАВНИ ГРИЖИ”

	ФОРМУЛЯР	Индекс: Фо 04.01.01-02
	УЧЕБНА ПРОГРАМА	Издание: П
		Дата: 11.09.2015 г.
		Страница 2 от 9

По единни държавни изисквания – задължителна

По учебен план на МК - Плевен – задължителна

Учебен семестър: II и III

Хорариум: общо 90 часа: 30 ч. лекции

60 ч. упражнения

Кредити: 7

Разпределение на учебния материал по семестри:

Учебен семестър II:

Хорариум: общо 45 часа: 15 ч. лекции

30 ч. упражнения

Учебен семестър III:

Хорариум: общо 45 часа: 15 ч. лекции

30 ч. упражнения

Преподаватели:

Лектор: доц. Данелина Емилова Вачева, д.м.

асистент Хрета Георгиева Аспарухова

ЦЕЛ И ЗАДАЧИ НА ОБУЧЕНИЕТО


ЦЕЛТА на учебния процес по задължителната учебна дисциплина „Лечебен, козметичен и апаратен масаж” е студентите да усвоят теоретичните основи на масажа и физиологичния механизъм на въздействие на масажните техники върху отделните органи и системи в човешкия организъм. Да се усвоят различните видове масаж – класически, лечебен, козметичен, хигиенен, спортен, апаратен и практическото им приложение в медицинската козметика. Да се запознаят със специализирани рефлекторни източни лечебни методики на въздействие върху организма. Да усвоят съвременни специфични медико-козметични, спа, уелнес и комбинирани масажни практики.

ФОРМИ НА ОБУЧЕНИЕ:

- Лекции
- Упражнения

МЕТОДИ НА ОБУЧЕНИЕ:

- лекционно изложение

	ФОРМУЛЯР	Индекс: Фо 04.01.01-02
		Издание: П
	УЧЕБНА ПРОГРАМА	Дата: 11.09.2015 г.
		Страница 3 от 9

- дискусии и беседи
- демонстрация на масажни похвати
- практическо обучение
- индивидуална работа
- решаване на практически задачи
- самостоятелна работа на студентите

КОНТРОЛ И ОЦЕНКА НА ЗНАНИЯТА

- Практическо извършване на масажна процедура.
- Теоретичен изпит, включващ тест, писмено изложение и устна дискусия.

Крайната оценка е комплексна и се формира като семестриален изпит на базата на показаните практически умения и теоретични знания.


МЯСТО НА ДИСЦИПЛИНАТА В ЦЯЛОСТНОТО ОБУЧЕНИЕ ПО СПЕЦИАЛНОСТТА

Учебната дисциплина „Лечебен, козметичен и апаратен масаж“ е от задължителните дисциплини по учебния план на специалност “Медицинска козметика”. Изучава се в рамките на втори и трети учебен семестър, I и II курс. Обучението по различните видове масажни техники се явява едно от основните и с най-съществено значение за бъдещия специалист по медицинска козметика и непосредствено продължение на теоретичните знания, получени по време на обучението по анатомия, физиология, патофизиология, микробиология, и др.

ОЧАКВАНИ РЕЗУЛТАТИ


Очакваните резултати от обучението по „Лечебен, козметичен и апаратен масаж“ е студентите да:

- получат основни теоретични знания по различните видове масаж;
- усвоят практически умения за прилагане на основните и допълнителни масажни похвати, както и тяхното комбинирание при извършване на масажна процедура;
- изградят умения за прилагане на специализирани съвременни медико-козметични и лечебни методи на въздействие;
- придобият умения за работа със специфични апарати за извършване на масажни процедури.

	ФОРМУЛЯР	Индекс: Фо 04.01.01-02
		Издание: П
	УЧЕБНА ПРОГРАМА	Дата: 11.09.2015 г.
		Страница 4 от 9

**РАЗПРЕДЕЛЕНИЕ НА УЧЕБНИЯ МАТЕРИАЛ ПО ТЕМИ
II СЕМЕСТЪР**


№	Тема	Лекции уч. ч.	Упражн. уч. ч.
А. ОБЩА ЧАСТ			
1.	Същност и предмет на масажа. Исторически преглед и развитие.	1	-
2.	Лечебния масаж като пасивен метод на кинезитерапията и дял от физикалната медицина. Мястото на лечебния масаж в медицинската козметика и комплексните здравни грижи.	1	-
3.	Теории за ефекта на масажа върху човешкия организъм. Показания и противопоказания за извършване на масажна процедура.	1	-
4.	Физиологичен механизъм на въздействие на масажните техники върху отделните органи и системи в човешкия организъм (кожа, подкожие, лимфна система, кръвоносна система, свързочно-ставен апарат, мускули, дихателна система, нервна система, обмяна на веществата, вътрешни органи).	2	-
5.	Класификация и характеристика на видовете масаж. Начини и форми на приложение на различните масажи.	2	-
6.	Хигиенни изисквания към терапевта, пациента и масажното помещение и условия за провеждане на масажна процедура. Общи и специфични указания и ергономична ефективност при извършване на различни видове и форми на масажно приложение. Намазващи средства в масажа – видове и начини за приложение.	2	2
Б. СПЕЦИАЛНА ЧАСТ			
7.	Класически масаж. Класификация на масажните похвати (европейска система). Основни, допълнителни и комбинирани техники на класическия масаж.	2	2
8.	Общ класически масаж. Последователност и продължителност на масажиранияте части. Методологична специфичност (по европейската система).	2	3
9.	Масаж на отделните части на тялото (гръб, раменен пояс, поясна област, седалище, долни крайници, гръдна област, коремна област, горни крайници, глава, масажна яка). Самомасаж. Специфично физиологично въздействие. Дозировка.	2	3
10.	Поглаждане – първи масажен начин. Въздействие, видове, специфика.	-	3
11.	Изстискване – втори масажен начин. Въздействие, видове, специфика.	-	3
12.	Разтриване – трети масажен начин. Въздействие, видове, специфика.	-	3
13.	Размачкване (омачкване) – четвърти масажен начин. Въздействие, видове, специфика.	-	3

	ФОРМУЛЯР	Индекс: Фо 04.01.01-02
	УЧЕБНА ПРОГРАМА	Издание: П
		Дата: 11.09.2015 г.
		Страница 5 от 9

14.	Ударни (потупващи) прийоми – пети масажни начин. Въздействие, видове, специфика.	-	3
15.	Вибрации – шести масажни начин. Въздействие, видове, специфика.	-	3
16.	Движения – седми масажни начин. Въздействие, видове, специфика.	-	2
ОБЩО:		15	30

РАЗПРЕДЕЛЕНИЕ НА УЧЕБНИЯ МАТЕРИАЛ ПО ТЕМИ III СЕМЕСТЪР

№	Тема	Лекции уч. ч.	Упражн. уч. ч.
1.	Хигиенен масаж – частичен и общ. Въздействие и специфика на масажните похвати.	1	-
	Хигиенно-козметичен масаж на отделни части на тялото (деколте, шия, лице, скалп). Последователност и продължителност.	-	3
2.	Спортен масаж. Видове спортен масаж. Спортно-възстановителен масаж. Физиологично въздействие и специфика на масажните прийоми за междуетапен и след състезателен спортно-възстановителен масаж.	1	2
3.	Лечебен масаж. Класификация и физиологично въздействие на масажа върху организма.	1	-
4.	Класически лечебен масаж – частичен и общ. Специфика и въздействие на класическите лечебни начини – основни, спомагателни и комбинирани. Класически лечебен масаж при заболявания на кожата и космите.	2	3
5.	Рефлекторни масажи – мускулен, периостален, съединително-тъканен, сегментарен. Същност, рефлекторни находки и специфика на рефлекторните масажи. Масажна яка – въздействие, специфика и дозировка.	2	3
6.	Философски аспекти на традиционната Източна медицина. Източно-лечебен точков масаж. Жизнена енергия. Топография на биологично-активните точки и канали. Акупресурна техника и източно-лечебни похвати в медицинската козметика.	1	2
7.	Медико-козметичен масаж по специални методики. Лечебен масаж по схема на Пospelов класически пластичен масаж по схема на Жаке.	2	3
8.	Специализирани лимфооттичащи масажни техники. Шведски мануален стречинг за лицето.	1	3
9.	Лечебно-козметичен масаж за корекции на фигурата. Масаж при затлъстяване и целулит. Същност, методики, дозировка. Специфика на масажната обработка на целулитни зони и методи за комбинирано въздействие – механично, рефлекторно и хуморално.	2	3
10.	Апаратен масаж. Механо-масаж с мануално задвижвани	2	3

	ФОРМУЛЯР	Индекс: Фо 04.01.01-02
	УЧЕБНА ПРОГРАМА	Издание: П
		Дата: 11.09.2015 г.
		Страница 6 от 9

	средства. Вибрационни масажни апарати. Пневмо-масажни апарати – баро, вакуум, пресо и др. Технология и дозировка.		
11.	Хидромасаж – мануален, четков, механичен. Подводен душова масаж. Физиологично въздействие и дозировка. Хидро-апарати за струев и душова масаж.	-	3
12.	Съчетаване на медико-козметичния масаж с други физикални средства, „спа”, „уелнес” и специализирани медико-естетични методи.	-	2
ОБЩО:		15	30

СИСТЕМА ЗА НАБИРАНЕ НА КРЕДИТИ ПО ЛЕЧЕБЕН, КОЗМЕТИЧЕН И АПАРАТЕН МАСАЖ

Общ брой кредити: 7

Сумарната кредитна оценка се формира от:

1. Кредити от присъствие на лекции.
2. Кредити от самостоятелна подготовка за текущ контрол.
3. Кредити от участие и активно включване в практическите упражнения.

Действия	max. брой точки	max. кредити	процент
1. Посещаване на лекции	10	3	30%
2. Самоподготовка	10	2	20%
3. Активно включване в практическите упражнения	10	4	50%
Общо:	30	7	100%


КОНСПЕКТ

за семестриален изпит по

„ЛЕЧЕБЕН, КОЗМЕТИЧЕН И АПАРАТЕН МАСАЖ”

за студенти I курс (втори семестър), специалност „Медицинска козметика”

1. Същност и предмет на масажа. Исторически преглед и развитие.
2. Лечебния масаж като дял от физикалната медицина. Мястото на лечебния масаж в медицинската козметика и комплексните здравни грижи.
3. Физиологичен механизъм на въздействие на масажните техники върху отделните органи и системи в човешкия организъм – кожа и подкожие.
4. Физиологичен механизъм на въздействие на масажните техники върху отделните органи и системи в човешкия организъм – лимфна и кръвоносна система,
5. Физиологичен механизъм на въздействие на масажните техники върху отделните органи и системи в човешкия организъм – свързочно-ставен апарат и мускули.
6. Физиологичен механизъм на въздействие на масажните техники върху отделните органи и системи в човешкия организъм – нервна система.

	ФОРМУЛЯР	Индекс: Фо 04.01.01-02
	УЧЕБНА ПРОГРАМА	Издание: П
		Дата: 11.09.2015 г.
		Страница 7 от 9

7. Физиологичен механизъм на въздействие на масажните техники върху отделните органи и системи в човешкия организъм – дихателна система, вътрешни органи и обмяна на веществата.
8. Показания и противопоказания за извършване на масажна процедура.
9. Хигиенни изисквания към терапевта, пациента и масажното помещение и условия за провеждане на масажна процедура.
10. Общи и специфични указания и ергономична ефективност при извършване на различни видове и форми на масажно приложение.
11. Намазващи средства в масажа – видове и начини за приложение.
12. Техника на масажа. Класификация и характеристика на видовете масажни похвати.
13. Начини и форми на приложение на различните видове масажи.
14. Поглаждане – въздействие, видове, специфика.
15. Изстискване – въздействие, видове, специфика.
16. Разтриване – въздействие, видове, специфика.
17. Размачкване – въздействие, видове, специфика.
18. Ударни прийоми – въздействие, видове, специфика.
19. Вибрации – въздействие, видове, специфика.
20. Движения – въздействие, видове, специфика.
21. Масаж на отделните части на тялото – гръб и раменен пояс.
22. Масаж на отделните части на тялото – поясна област и седалище.
23. Масаж на отделните части на тялото – долни крайници.
24. Масаж на отделните части на тялото – гръдна и коремна област.
25. Масаж на отделните части на тялото – горни крайници.
26. Масаж на отделните части на тялото – глава – личева и окосмена част.
27. Масаж на отделните части на тялото – масажна яка.
28. Общ класически масаж. Последователност и продължителност на масажираниите части.
29. Самомасаж. Последователност на отделните части на тялото.
30. Дозировка на масажната процедура.


КОНСПЕКТ

за семестриален изпит по

„ЛЕЧЕБЕН, КОЗМЕТИЧЕН И АПАРАТЕН МАСАЖ”

за студенти II курс (трети семестър), специалност „Медицинска козметика”


1. Хигиенен масаж – частичен и общ. Въздействие и специфика на масажните похвати.
2. Хигиенно-козметичен масаж на отделни части на тялото – деколте, шия, лице, скалп. Последователност и продължителност.
3. Спортен масаж. Видове спортен масаж. Спортно-възстановителен масаж.
4. Физиологично въздействие и специфика на масажните прийоми за междуетапен и след състезателен спортно-възстановителен масаж.
5. Лечебен масаж. Класификация и физиологично въздействие на масажа върху организма.
6. Класически лечебен масаж – частичен и общ. Специфика и въздействие на класическите лечебни начини – основни, спомагателни и комбинирани.

	ФОРМУЛЯР	Индекс: Фо 04.01.01-02
	УЧЕБНА ПРОГРАМА	Издание: П
		Дата: 11.09.2015 г.
		Страница 8 от 9

7. Класически лечебен масаж при заболявания на кожата и космите.
8. Рефлекторни масажи. Същност, рефлекторни находки и специфика на рефлекторните масажи. Дозировка.
9. Мускулен масаж – същност, рефлекторни находки и масажни техники.
10. Периостален масаж – същност, периостални находки, периостална техника върху отделни части на тялото.
11. Съединително-тъканен масаж – същност, съединително-тъканни находки, съединително-тъканни техники за отделните зони и области от тялото.
12. Сегментарен масаж – същност, сегментарни находки и послойно въздействие на рефлекторни изменения в телесната повърхност. Специални и комбинирани рефлекторни похвати върху отделни части от тялото.
13. Масажна яка от позиция седеж – въздействие, специфика на рефлекторните прийоми и дозировка.
14. Философски аспекти на традиционната Източна медицина в медицинската козметика. Жизнена енергия. Топография на биологично-активните точки и канали.
15. Източно-лечебен точков масаж. Акупресурни техники и източно-лечебни похвати в медико-естетичните процедури и медицинската козметика.
16. Медико-козметичен масаж по специални методики. Лечебен масаж по схема на Пospelov класически пластичен масаж по схема на Жаке.
17. Специализирани лимфооттичащи масажни техники. Шведски мануален стречинг за лицето.
18. Лечебно-козметичен масаж за корекции на фигурата. Същност, методики, техника, дозировка.
19. Масаж при затлъстяване и целулит. Квалификация на целулита. Специфика на масажната обработка на целулитни зони и методи за комбинирано въздействие – механично, рефлекторно и хуморално.
20. Апаратен масаж. Механо-масаж с мануално задвижвани средства. Вибрационни масажни апарати. Пневмо-масажни апарати – баро, вакуум, пресо и др. Технология и дозировка.
21. Хидромасаж – мануален, четков, механичен. Подводен душов масаж. Физиологично въздействие и дозировка. Хидро-апарати за струев и душов масаж.
22. Съчетаване на медико-козметичния масаж с други физикални средства, „спа”, „уелнес” и специализирани медико-естетични методи.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Гатев Ст. Домашна физиотерапия. София: „Медицина и физкултура”, 1982.
2. Гиландърс Ан. Рефлексотерапия. Пловдив: „Хермес”, 2008.
3. Дурмишев А. Приложна козметика. София: „АГРЕС”, 1996.
4. Желев В. Класически масаж при заболявания. София: „Авангард Прима”, 2010.
5. Желев В., Крайджикова Л. Масаж. София: „Авангард Прима”, 2009.
6. Ибрахимова В. Точков масаж. София: „Медицина и физкултура”, 1987.
7. Кирова И. Как да си помогнем с акупресура. София: „Политрейд”, 1992.
8. Кирова И. Физиопрофилактика. София: „Медицина и физкултура”, 1999.
9. Кледанович М. Класически лечебен масаж. София: „Хомо Футурус”, 2009.

	ФОРМУЛЯР	Индекс: Фо 04.01.01-02
		Издание: П
	УЧЕБНА ПРОГРАМА	Дата: 11.09.2015 г.
		Страница 9 от 9

10. Колева В. Традиционен масаж. Пловдив: „Хермес”, 2006.
11. Колева И. Принципи на съвременната физикална и рехабилитационна медицина. София: „Симел”, 2007.
12. Краев Т. Лечебен масаж и постизометрична релаксация. София: „Веридия”, 2006.
13. Максвел К. Масаж. София: „Кибеа”, 2007.
14. Томас С. Масаж при често срещани заболявания. София: „Кибеа”, 2003.
15. Чанг Д. Практическа енциклопедия по масаж. София: „Соф-Прес”, 2010.

Изготвили програмата:
 Доц. Данелина Вачева, дм
 ас. Хрета Аспарухова