



**МЕДИЦИНСКИ УНИВЕРСИТЕТ – ПЛЕВЕН**  
**ФАКУЛТЕТ „ОБЩЕСТВЕНО ЗДРАВЕ“**  
**ЦЕНТЪР ЗА ДИСТАНЦИОННО ОБУЧЕНИЕ**

**Лекция №4**

**ПЕРИОСТАЛЕН МАСАЖ И  
СЪЕДИНИТЕЛНОТЪКАНЕН МАСАЖ**



**Доц. Таня Мегова, д.п.**

Периостът (надкостницата) покрива всички кости с изключение на залавните места на мускулите и местата, покрити с хрущял. Съставен е от съединителна тъкан, разположена в два слоя. Свързването на периоста с костта се осъществява чрез колагенни влакна. Периостът е богато кръвоснабден и инервиран.

Механичното дразнене от точковия масаж върху периоста предизвиква първична реакция – увеличава местното кръвообращение. Когато се обработва периосталната точка в началото се получава лек оток в периоста, подложен на масаж.

След няколко процедури отока изчезва и на това място се получава здрав периост. Тази местна реакция по рефлекторен път чрез гръбначно мозъчния сегмент се предава на определен вътрешен орган, свързан с него.

### Изследване и откриване на болезнени периостални точки.

Точките трябва да са лесно достъпни за обработване, затова се търсят върху повърхността на костите и ставите. Ориентир са сегментарните кожни зони, свързани с определени вътрешни органи.

Чрез внимателно опипване с възглавничките на пръстите в рефлексогенната зона на даден орган се установяват болезнени точки, могат да се открият и неравности по периоста.

Неоткритите и необработени периостални точки са източник на болестни импулси, които поддържат заболяването.

### Техника на периосталния масаж

Открива се най-болезнената точка. Започва се с обработването на каудално разположените периостални точки и продължава към краниално. По време на масажа болният може да бъде легнал или седнал – максимално релаксиран.

Периосталният масаж може да се извършва с различни части на ръката:



С крайната фаланга на  
палеца



С върха на средния  
пръст, обременен от  
показалеца



С втората  
интерфалангеална  
става на показалеца



С обременяване



Прилага се ритмичен натиск с променлива сила върху периосталната точка в продължение **на 1 секунда и пауза от 1 секунда**. Пръстът не се отделя от точката. Ако се прилага върху гръдния кош, натискът се синхронизира с дишането. При издишване се упражнява натиск. Извършват се около 16 натиска в минута. Първият ден се обработват 4-5 точки, след това 6-8, 10-12 до 14-18 точки. Всяка точка се обработва 2-3-4 минути, докато се притъпи болката.



При силна болка времето за работа върху точката се намалява или се преминава към друга точка и след това отново се обработва. Времетраенето на периосталния масаж е около 15-20 минути.

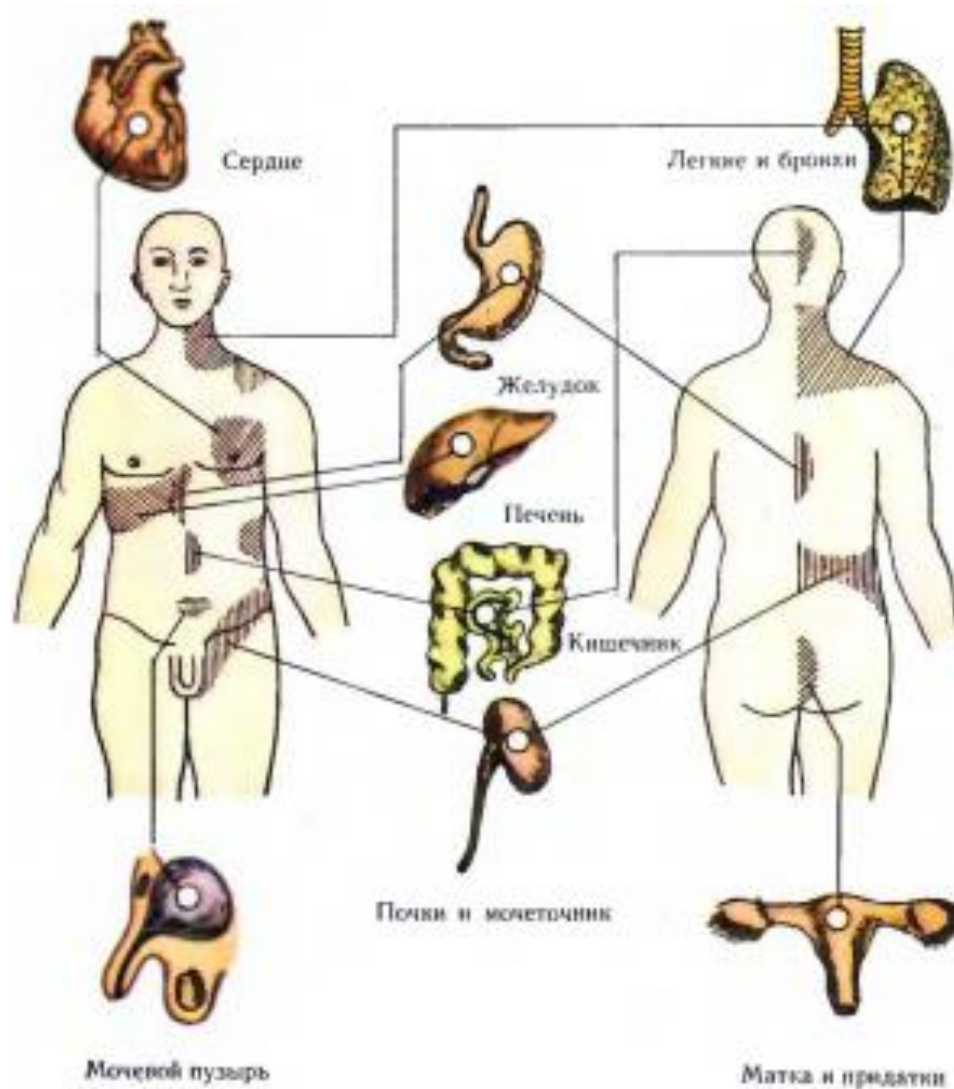
След прилагането на периостален масаж в определена зона се прилага класически масаж (поглаждане, разтриване, пасивни) в продължение на 15-20 минути. Периосталният масаж се извършва през ден. Резултат се постига след 10-15 процедури. Прекратява се след изчезване на периосталните находки. За затвърдяване на резултата се изпълняват още 2-3 процедури.

## Показания и противопоказания за масаж

**Показан е при** болков синдром: спазъм на гладката мускулатура при стомашно-чревни заболявания, ангина пекторис, главоболие, ринит, артрозни изменения, вертеброгенни блокажи, болки в лумбалната област вследствие на болестни процеси в малкия таз и др.

**Не се прилага** периостален масаж, когато точките са толкова болезнени, че не позволяват допир, големи увреждания на периоста на костта, всички първични или метастатични тумори, травматични увреди изискващи покой, болести на тъканите, които покриват кожата.

# Съединителнотъканен масаж

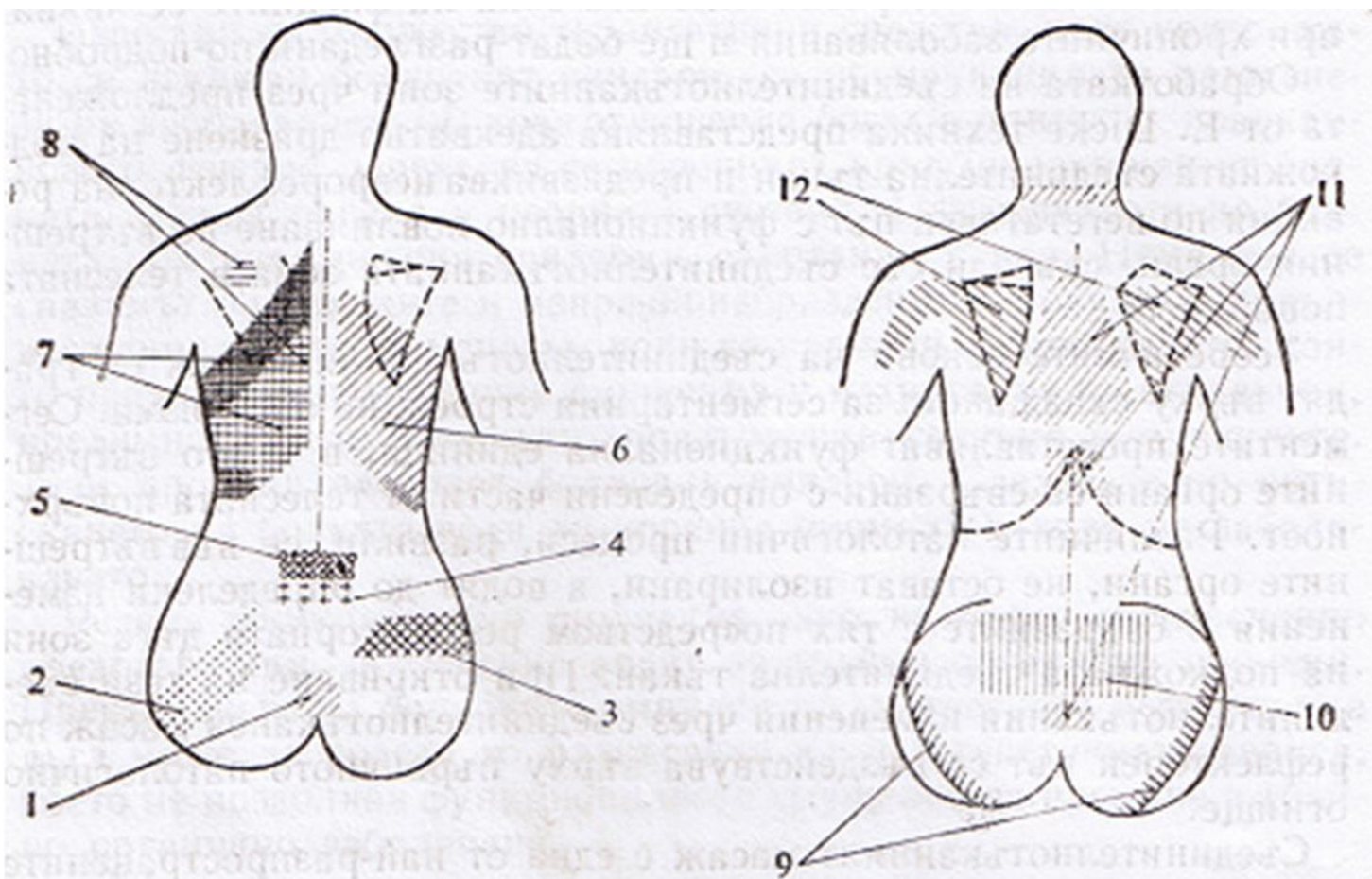


Структурното разнообразие на съединителната тъкан е голямо.

Съединителната тъкан може да бъде разделена на същинска (рехава и плътна) и специализирана. Основната ѝ функция е механична, поддържаща.

Съединителните тъкани са в основата на образуването на кожата, мускулната тъкан, сухожилните връзки, фасциите, вътрешните органи.

Установено е, че при заболяване на вътрешните органи и системи (първично огнище) се откриват съединително тъканни изменения на кожата. Подвижността между кожата и подкожието, подкожието и фасциите, намалява или изчезва (вторично огнище). Тези участъци се наричат съединителнотъканни зони. Чрез масаж на тези зони по рефлекторен път се въздейства върху първичното огнище (заболелия орган).



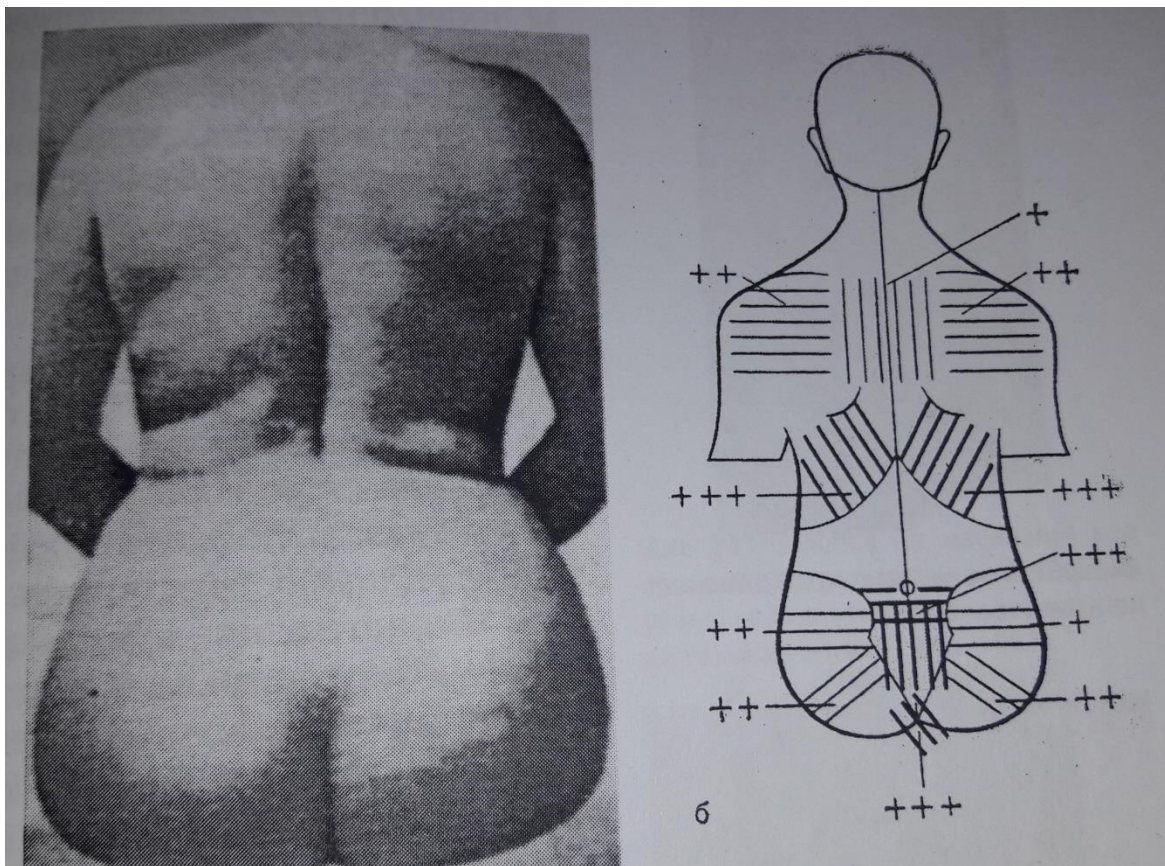
Фиг. 16. Съединителнотъкани зони на гърба

1 — мехурна зона; 2 — зона на запека; 3 — венозно-лимфна зона; 4 — зона на мензеса; 5 — чревна зона; 6 — чернодробножлъчна зона; 7 — сърдечна зона; 8 — стомашна зона; 9 — артериална зона на долните крайници; 10 — хипоменорагична зона; 11 — зона на главата; 12 — зона на раменния пояс

# Изследване и откриване на съединителнотъканни зони

## Откриване на зони чрез оглед

От изходно положение седеж се оглежда гърба. Могат да се видят промени в релефа на кожата: лентовидни придърпвания, вдлъбвания, набъбвания.

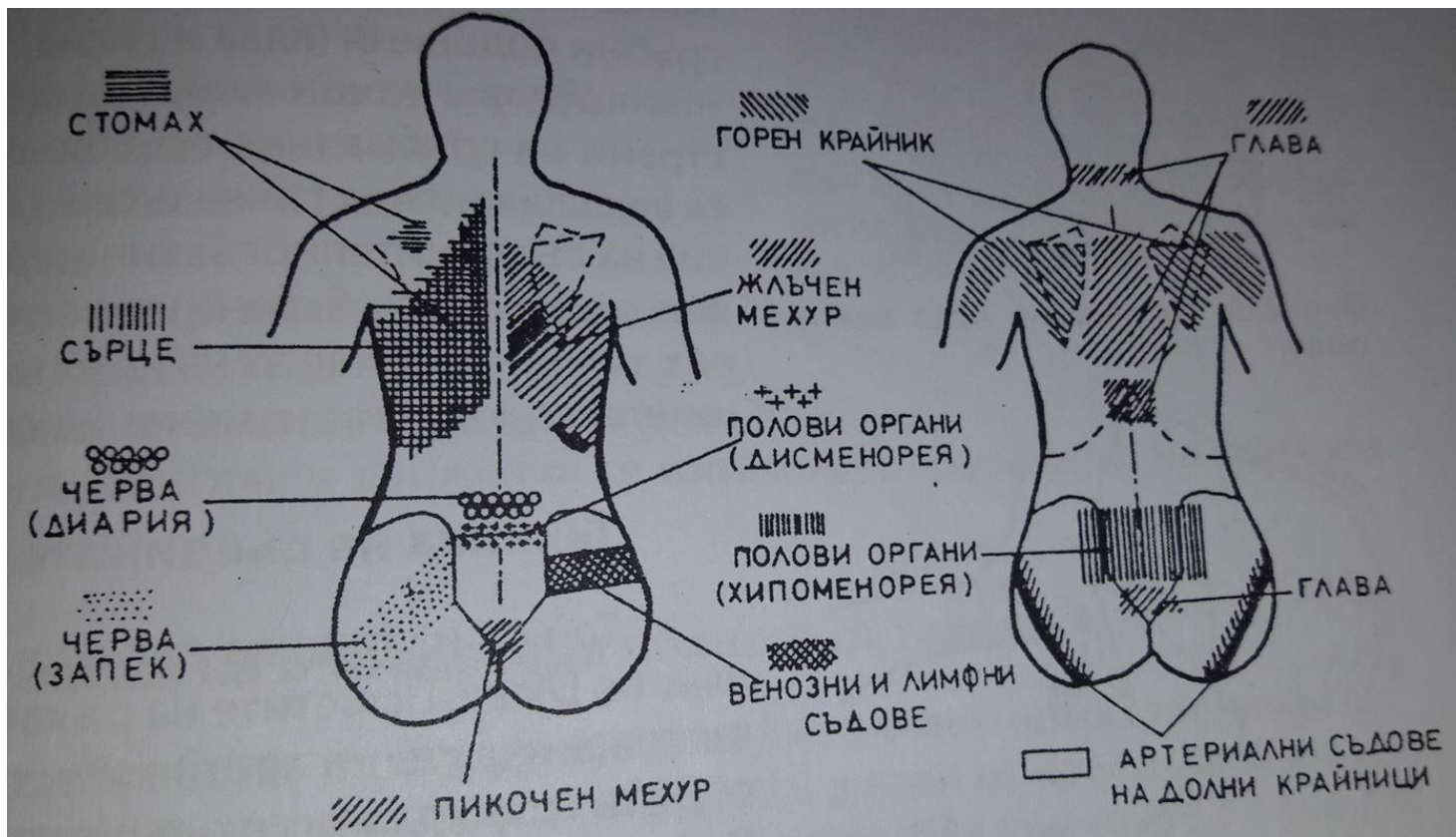




При остри, понякога и при подостри заболявания измененията са повърхностни и изчезват след провеждане на масажа.

При хроничните заболявания измененията са дълбоки. Намират се между подкожие и фасции.

Съединителнотъканните зони се делят на леви и десни, двустранни и средни.

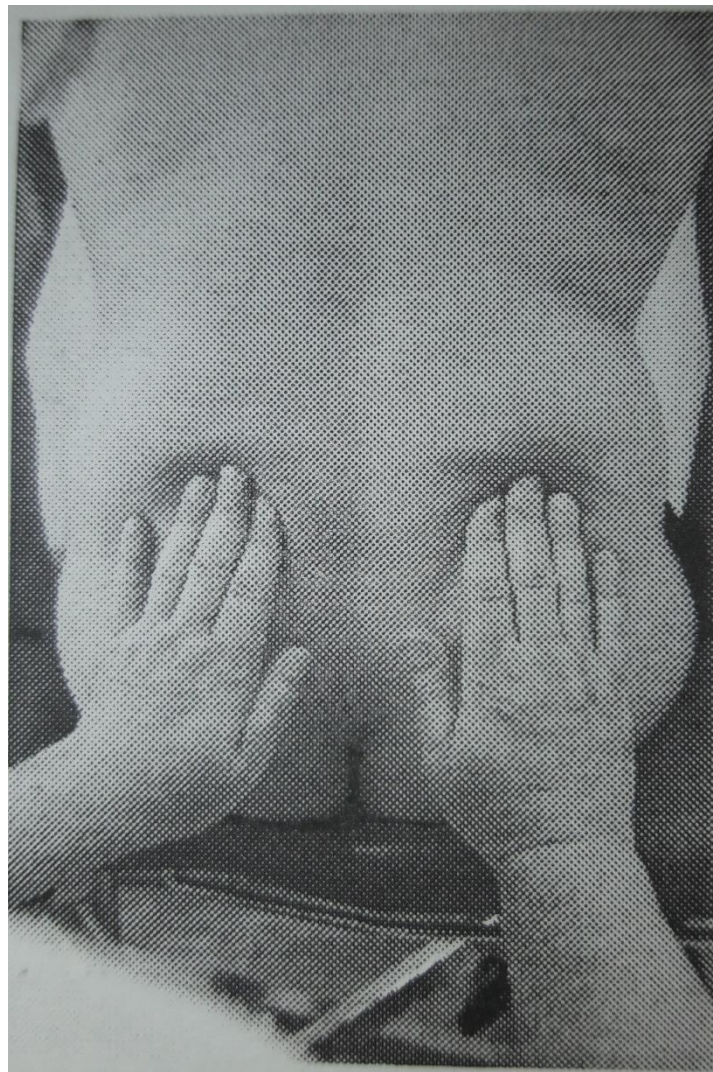


## Откриване на зони чрез палпация

Изследването се състои в търсене на изменения чрез разместване на:

- ⊙ кожа и подкожие;
- ⊙ подкожен слой и фасция;
- ⊙ между самите фасции и туловището.

То се осъществява по два начина:



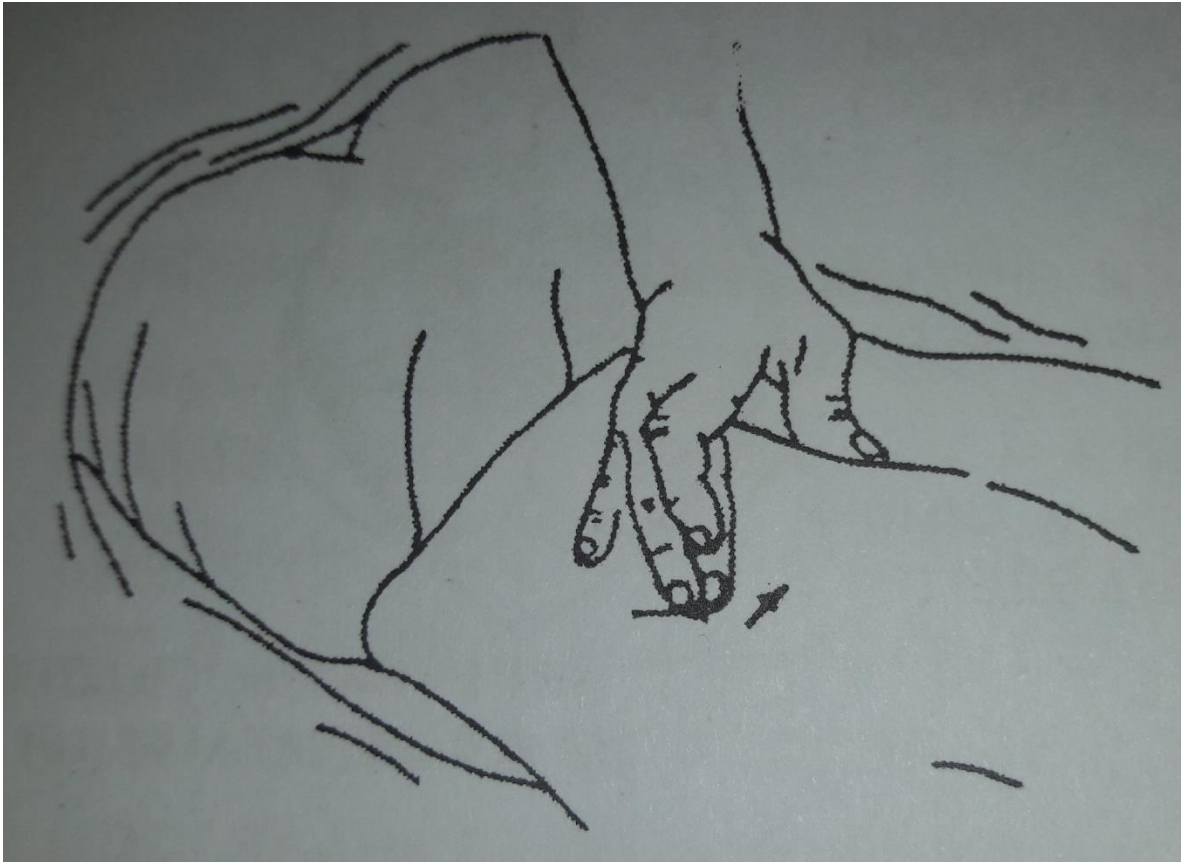
**чрез плоскостно изместване**

Чрез изтегляне на  
кожна гънка



## Техника на съединителнотоъканния масаж

Той се извършва със специален похват надлъжно изтегляне. Пръстите на ръката са леко сгънати. С възглавничките на трети и четвърти пръст поставени под ъгъл от 60° върху кожата се осъществява натиск и изтегляне.



## Техника на съединителното тъканно масаж



Прилагането на похвата преминава през 3 фази

- Пръстите се поставят върху кожата;
- Кожата се размества;
- Кожата се изтегля, при което се усеща характерна болка на „рязане“ или „драскане“, болката трябва да е поносима.

Реакции на кожата:

- зачервяване;
- подуване;
- до 36 час след масажа може да се получат сини петна, които при натиск не са болезнени.

Дозировка:

- В началото 30-35 (включва откриването на точките) мин, в края 15 мин;
- Всеки ден;
- 12-18 процедури

**БЛАГОДАРЯ ЗА ВНИМАНИЕТО**

