



МЕДИЦИНСКИ УНИВЕРСИТЕТ – ПЛЕВЕН

ФАКУЛТЕТ „ФОЗ” – ЦЕНТЪР ЗА ДИСТАНЦИОННО ОБУЧЕНИЕ

КАТЕДРА “ФМРЕС”

ТЕЗИСИ НА ПРАКТИЧЕСКО УПРАЖНЕНИЕ № 3

ЗА РЕДОВНО ЗАНЯТИЕ И САМОСТОЯТЕЛНА ДИСТАНЦИОННА ПОДГОТОВКА ПО

„МАСАЖНИ ТЕХНИКИ ЗА МЕКОТЪКАННА ОБРАБОТКА”

ЗА СТУДЕНТИ ОТ МУ – ПЛЕВЕН, ЗАДОЧНО ОБУЧЕНИЕ, СПЕЦИАЛНОСТ

„МЕДИЦИНСКА РЕХАБИЛИТАЦИЯ И ЕРГОТЕРАПИЯ”

ТЕМА: „МОБИЛИЗИРАЩИ МАСАЖНИ ТЕХНИКИ ЗА ЛУМБАЛНА ОБЛАСТ НА ГРЪБНАЧНИЯ СТЬЛЪБ”

РАЗРАБОТИЛ: АС. Л. ТОТЕВА

Гр. Плевен

2019 год.

Мобилизиращи масажни техники за лумбална област на гръбначния стълб

Приложение на техниките за мобилизация на лумбалния дял на гръбначния стълб се извършва след прецизно изследване и функционална оценка на структурите на съответния дял.

Изследване – елементи:

1. Оглед на лумбалния дял на Оглед за деформации, асиметрия, позиция на гръбначния стълб, позиция на таза, големина на талийните триъгълници, позиция на пъпа и др.
2. Активен обем на движение. Изследват се флексия, екстензия, латерална флексия, ротация.
3. Пасивен обем на движение. Изследване на флексия и екстензия.

Методики за мануална мобилизация за лумбален дял.

1. Масаж с разтягане на паравертебралната мускулатура.

Позиция на пациента - страничен лег. Крака – флектирани в колянни и тазобедрени стави.

Терапевт – изправен пред пациента. Предмишницата на краниално разположената ръка е поставена върху градния кош. Предмишницата на каудално разположения е върху таза.

Масажно движение – Предмишниците оказват натиск и разтягат торса, а прастите на терапевта разтягат паравертебралната мускулатура в посока медиално.

2. Масаж с елевация на таза

Позиция на пациента - страничен лег. Крака – флектирани в колянни и тазобедрени стави.

Терапевт – седеж зад таза на пациента.

Масажно движение –

Първа фаза – пациентът извършва активна елевация на таза, подпомогнат от натиск от страна на терапевта в посока краниално.

Втора фаза – депресия на таза, подпомогната от терапевта, съчетана с кръгово разтриване на м. квадратус лумборум.

3. Масаж с инклинация и реклинация на таза –

Исходно положение – като предходната техника.

Масажно движение – Пациентът извършва инклинация и реклинация на таза, подпомогнати от вентрално разположената ръка на терапевта. по време на флек-

сията на лумбалния дял се изпълняват масажни праволинейни движения по хода на м. еректор трупци.

4. Масаж на лумбалната област, съчетан с вентрален и дорзален натиск на таза.



05. 2020 год.
Гр. Плевен

Изготвил: ас. Л. Тотева