**КОНСПЕКТ**

**ПО**

 **МАСАЖНИ ТЕХНИКИ ЗА МЕКОТЪКАННА ОБРАБОТКА**

**ЗА ПРОВЕЖДАНЕ НА СЕМЕСТРИАЛЕН ИЗПИТ ПРЕЗ УЧЕБНАТА 2019/2020 ГОД.**

**със студенти от МУ – Плевен специалност:**

 **„Медицинска рехабилитация и ерготерапия“**

Теоретична част

1. Мануални методи за въздействие при мускулни дисфункции.
2. Мекотъканни техники – определение.
3. Предимства на комбинирания метод.
4. Мускулно-енергийни техники,вариации за разтягане при хронични фиброзни промени.
5. Нервно-мускулни техники – определение. Разновидности на НМТ. Методични указания за изпълнение на НМТ.
6. Функционална оценка и мануална мобилизация в областта на гръбначния стълб.
7. Изследвания в шийната област. Анатомо-кинезиологични особености на шийния дял на гръбначния стълб.
8. Симетрия в статичното обременяване на долните крайници.
9. Активен обем на движение. Пасивен обем на движение.
10. Изследване дължината на мускулите от горната част на туловището, раменнния пояс и горния крайник.

Практическа част

1. Мобилизиращи масажни техники за шийна област
2. Мобилизиращи масажни техники раменна област.
3. Мобилизиращи масажни техники за горен крайник – лакътна става.
4. Мобилизиращи масажни техники за горен крайник – гривнена става.
5. Мобилизиращи масажни техники за лумбална област.
6. Мобилизиращи масажни техники за торакална област
7. Мобилизиращи масажни техники за долен крайник – тазобедрена става.
8. Мобилизиращи масажни техники за долен крайник – колянна става.
9. Локализация на тригерните точки и техники за обработка.

**Препоръчвана литература:**

1. Крайджикова Л. Мануални методи за мобилизация при мускулно-скелетни дисфункции в областта на гръбначния стълб. Авангард Прима, 2011
2. Желев, В., Л. Крайджикова, М. Войников. Масаж. Авангард, С., 2005.
3. Краев, Т., Л. Тодоров. Ръководство по лечебен масаж. Мед. и физк.,С.,1991.
4. Горанова, З., Г. Маркова-Старейшинска, Л.Крайджикова. Масаж. ИПБ-НСА, С., 1992.
5. Кирова, Ив. Ръководство по лечебен масаж. Мед. и физк., С., 1995.
6. Краев, Т. Учебник по лечебен масаж – специална част. ЕРСИД, С., 2007.

септември, 2020 год. Изготвил конспекта,

 *Любомира Тотева*