



# ОГЛАВЛЕНИЕ

Список сокращений и условных обозначений . . . . .	8
Предисловие . . . . .	9
<b>Глава 1. Введение. . . . .</b>	<b>10</b>
1.1. Определение понятия «детский массаж». Краткий исторический экскурс . . . . .	10
1.2. Организационные формы медицинской помощи в сфере материнства и детства . . . . .	13
1.3. Периоды детского возраста и их краткая характеристика . . . . .	18
Классификация периодов детского возраста . . . . .	18
1.4. Показания и противопоказания к массажу . . . . .	23
<b>Глава 2. Общая часть. . . . .</b>	<b>26</b>
2.1. Базовые принципы «классической» техники массажа . . . . .	26
2.2. Часто применяемые приемы классической техники массажа . . . . .	31
2.2.1. Группы основных приемов (поглаживание, разминание) . . . . .	31
2.2.2. Группы вспомогательных приемов (растирание, вибрация) . . . . .	36
2.2.3. Группы комбинированных приемов . . . . .	41
2.3. Критерии дозирования массажного воздействия . . . . .	42
2.4. Особенности техники применения рефлекторных видов массажа у детей . . . . .	46
2.5. Особенности техники применения массажных инструментов и аппаратов у детей (баночный массаж) . . . . .	53
2.5.1. Правила баночного массажа . . . . .	55
2.6. Сочетание массажа с другими физиотерапевтическими процедурами . . . . .	57
<b>Глава 3. Специальная часть . . . . .</b>	<b>59</b>
3.1. Гигиенический массаж и общеразвивающая гимнастика у детей первого года жизни . . . . .	59
3.1.1. Приемы массажа для детей первого года жизни . . . . .	61
3.1.2. Физические упражнения у детей первого года жизни . . . . .	63

---

3.1.3. Комплекс массажа и гимнастики для детей в возрасте от 1,5 до 3 месяцев . . . . .	66
3.1.4. Комплекс массажа и гимнастики для детей в возрасте от 3 до 6 месяцев . . . . .	68
3.1.5. Комплекс массажа и гимнастики для детей в возрасте от 6 до 9 месяцев . . . . .	69
3.1.6. Комплекс массажа и гимнастики для детей в возрасте от 9 до 12 месяцев . . . . .	70
3.2. Гигиенический массаж и общеразвивающая гимнастика у детей раннего и дошкольного возраста . . . . .	71
3.2.1. Массаж и гимнастика для здорового ребенка в возрасте от 1 до 3 лет . . . . .	72
3.2.2. Массаж и гимнастика для здорового ребенка в возрасте 3–4 лет . . . . .	73
3.2.3. Массаж и гимнастика для здорового ребенка в возрасте 5 лет . . . . .	75
3.2.4. Массаж и гимнастика для здорового ребенка в возрасте 6–7 лет . . . . .	76
3.3. Массаж и гимнастика в лечении и реабилитации детей с различной патологией . . . . .	77
<b>Глава 4. Частные методики . . . . .</b>	<b>80</b>
4.1. Массаж при профилактике гипогалактии у беременных и ее лечении у кормящих женщин . . . . .	80
4.2. Массаж и гимнастика у недоношенных детей . . . . .	81
4.3. Массаж и гимнастика при гипотрофии у детей . . . . .	82
4.3.1. Массаж и гимнастика при гипотрофии I степени . . . . .	82
4.3.2. Массаж и гимнастика при гипотрофии II степени . . . . .	83
4.3.3. Массаж и гимнастика при гипотрофии III степени . . . . .	84
4.4. Массаж и гимнастика при гипоксически-ишемической перинатальной энцефалопатии у детей . . . . .	85
4.5. Массаж и гимнастика при детском церебральном параличе . . . . .	90
4.5.1. Массаж и гимнастика в первом возрастном периоде . . . . .	92
4.5.2. Массаж и гимнастика во втором возрастном периоде . . . . .	93
4.5.3. Массаж и гимнастика в третьем возрастном периоде . . . . .	96
4.5.4. Массаж и гимнастика в четвертом и пятом возрастных периодах . . . . .	97

---

4.6. Массаж и гимнастика при последствиях перенесенного полиомиелита у детей . . . . .	101
4.7. Массаж и гимнастика при акушерских параличах . . . . .	105
4.7.1. Первый период . . . . .	105
4.7.2. Второй период . . . . .	106
4.7.3. Третий период . . . . .	108
4.8. Массаж и гимнастика при пупочной грыже у детей . . . . .	108
4.9. Массаж и гимнастика при рахите у детей . . . . .	111
4.9.1. Начальный период . . . . .	112
4.9.2. Период разгара . . . . .	112
4.9.3. Период реконвалесценции . . . . .	114
4.9.4. Период остаточных явлений . . . . .	115
4.10. Массаж и гимнастика при мышечной кривошее у детей. . . . .	116
4.11. Массаж и гимнастика при врожденном вывихе бедра у детей. . . . .	118
4.12. Массаж и гимнастика при остеохондропатиях у детей. . . . .	123
4.12.1. Остеохондропатия головки бедренной кости (болезнь Легга—Кальве—Пертеса) . . . . .	123
4.12.2. Остеохондропатия бугристости большеберцовой кости (болезнь Осгуда—Шлаттера) . . . . .	125
4.12.3. Остеохондропатия головок II и III плюсневых костей (Келера болезнь II) . . . . .	125
4.12.4. Остеохондропатия тела позвонка (болезнь Кальве) . . . . .	126
4.12.5. Болезнь Шейерманна—Мау . . . . .	126
4.13. Массаж и гимнастика при функциональных нарушениях опорно-двигательного аппарата у детей. . . . .	127
4.13.1. Массаж при кифотической осанке . . . . .	127
4.13.2. Массаж при лордотической осанке . . . . .	128
4.13.3. Массаж при асимметричном дефекте осанки . . . . .	128
4.13.4. Массаж при функциональных деформациях нижних конечностей . . . . .	129
4.13.5. Массаж при плоско-вальгусной установке стоп и плоскостопии . . . . .	130
4.14. Массаж и гимнастика при сколиотической деформации позвоночника у детей . . . . .	131
4.14.1. Схема процедуры и методические особенности техники . . . . .	131

4.15. Массаж и гимнастика при ревматоидном полиартрите у детей. . . . .	133
4.16. Массаж и гимнастика при ревматизме у детей. . . . .	135
4.17. Массаж и гимнастика при соматоформной вегетативной дисфункции нервной системы у детей . . . . .	136
4.18. Массаж и гимнастика при энурезе у детей . . . . .	139
4.19. Массаж и гимнастика при остром бронхите у детей . . . . .	140
4.20. Массаж и гимнастика после перенесенной пневмонии у детей. . . . .	143
4.21. Массаж и гимнастика при бронхиальной астме у детей. . . . .	143
4.22. Массаж при гастрите у детей . . . . .	146
4.23. Массаж при дискинезиях желчевыводящих путей у детей. . . . .	149
4.24. Массаж при хроническом колите у детей . . . . .	151
4.25. Массаж при сахарном диабете 1-го типа у детей . . . . .	153
4.26. Массаж и гимнастика при ожирении у детей. . . . .	154
<b>Глава 5. Первая медицинская помощь при неотложных состояниях у детей . . . . .</b>	<b>159</b>
5.1. Неотложные состояния у детей. Принципы проведения доврачебной помощи. . . . .	159
5.1.1. Оказание помощи при рвоте. . . . .	159
5.1.2. Оказание помощи при носовом кровотечении . . . . .	160
5.1.3. Оказание помощи при обмороке . . . . .	161
5.1.4. Оказание помощи при коллапсе . . . . .	161
5.1.5. Оказание помощи при судорогах. . . . .	162
5.1.6. Оказание помощи при остром стенозирующем ларингите . . . . .	162
5.1.7. Оказание помощи при приступе бронхиальной астмы. . . . .	163
5.1.8. Оказание помощи при диабетической (гипергликемической) коме . . . . .	163
5.1.9. Оказание помощи при гипогликемической коме . . . . .	164
5.2. Неотложная доврачебная помощь при остановке дыхания и остановке сердца у детей разных возрастных групп . . . . .	165
5.2.1. Неотложная доврачебная помощь при остановке дыхания. . . . .	165

Оглавление .....	7
5.2.2. Неотложная доврачебная помощь при остановке сердца .....	167
<b>Приложение. Словарь массажных терминов.....</b>	<b>169</b>
Рекомендуемая литература.....	172
Предметный указатель .....	173

## СПИСОК СОКРАЩЕНИЙ И УСЛОВНЫХ ОБОЗНАЧЕНИЙ

- ♣ — торговое название лекарственного средства
- ® — лекарственное средство не зарегистрировано в РФ
- ДЦП — детский церебральный паралич
- ИПР — исходное положение ребенка
- П-Рс-Рз-В — последовательность массажных приемов, в которой П — поглаживание, Рс — растирание, Рз — разминание, В — вибрация; возможны другие комбинации (например, П-Рс-П-Рз-П-В-П и др.)
- СДВНС — соматоформная дисфункция вегетативной нервной системы

## ПРЕДИСЛОВИЕ

Интерес к теме детского массажа и гимнастики из года в год не снижается, а только возрастает. Актуальность ее для России значимо определилась в последние годы в связи со сложной демографической обстановкой в стране. Именно поэтому выход учебника, в доступной и наглядной форме рассказывающего о сложностях массажных и гимнастических методик для разных возрастных групп детей, крайне своевременен.

Особо следует отметить, что отечественным ученым и врачам довелось сыграть важную роль в разработке и обосновании необходимости применения массажа и гимнастики у детей. В прошлом столетии и в настоящее время российские педиатры, специалисты по лечебной физкультуре, физиотерапии, мануальной терапии и медицинскому массажу подтвердили и научно обосновали целесообразность и необходимость применения массажа и физических упражнений для детей всех возрастов, начиная с младенческого, как средства укрепления здоровья, а также как эффективного метода лечения целого ряда заболеваний.

С какого возраста можно начинать делать массаж? Как правильно делать массаж и гимнастику детям до года? В каких случаях массаж не очень полезен, а в каких без него невозможно обойтись? Какие гимнастические упражнения можно использовать для детей грудного возраста? На все эти и многие другие вопросы читатель найдет исчерпывающие ответы в учебнике «Медицинский массаж в педиатрической практике».

Автор выражает глубокую признательность за помощь и поддержку в написании данного учебника Л.В. Акопян, Е.А. Безбородовой, О.А. Карлиной, Н.П. Павлухиной — сотрудникам ФГБ ПОУ «Кисловодский медицинский колледж» Минздрава России (директор — К.Н. Гоженко), а также замечательным специалистам в области детского массажа — С.В. Матвееву, Е.А. Гореликовой, А.В. Воскресенской, Ю.Ю. Луценко, чей многолетний практический опыт послужил значимым подспорьем при составлении частных методик применения массажных манипуляций в педиатрической практике.



там детского и подросткового возраста, как об особенностях массажа в педиатрической практике. Вне зависимости от избранной системы/техники или вида массажа существуют особенности выполнения отдельных массажных приемов у детей, связанные с возрастными характеристиками массируемого (нежная легкоранимая кожа, меньше, чем у взрослых пациентов, размеры массируемого участка и т.п.).

**Таблица 2.** Классификация видов массажа

<b>Виды массажа</b>				
<i>По цели назначения</i>	<i>По сфере применения</i>	<i>По способу воздействия</i>	<i>По средству воздействия</i>	<i>По области воздействия</i>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Лечебный.</li> <li>• Профилактический</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Медицинский.</li> <li>• Косметический.</li> <li>• Спортивный.</li> <li>• Производственный.</li> <li>• Банный.</li> <li>• Спа-массаж и др.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Массаж.</li> <li>• Самомассаж.</li> <li>• Взаимомассаж.</li> <li>• Парный массаж</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>А. Базисные:               <ul style="list-style-type: none"> <li>• мануальное (ручное);</li> <li>• педальное (ножное);</li> <li>• инструментальное;</li> <li>• аппаратное (вибромассаж, гидромассаж, баромассаж).</li> </ul> </li> <li>Б. Сочетанные:               <ul style="list-style-type: none"> <li>• с физиотерапией;</li> <li>• с кинезотерапией;</li> <li>• с психотерапией;</li> <li>• с фармакотерапией;</li> <li>• с хирургическими операциями</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>А. Регионарные:               <ul style="list-style-type: none"> <li>• общий;</li> <li>• частный.</li> </ul> </li> <li>Б. Зональные:               <ul style="list-style-type: none"> <li>• сегментарный;</li> <li>• точечный;</li> <li>• микрizonaльный;</li> <li>• соединительнотканый;</li> <li>• миофасциальный;</li> <li>• периостальный.</li> </ul> </li> <li>В. Специализированные:               <ul style="list-style-type: none"> <li>• реанимационный;</li> <li>• урологический;</li> <li>• гинекологический;</li> <li>• дерматологический;</li> <li>• офтальмологический;</li> <li>• отоларингологический;</li> <li>• логопедический;</li> <li>• стоматологический;</li> <li>• висцеральный</li> </ul> </li> </ul>

Именно по этой причине нельзя рассматривать детский массаж в качестве самостоятельной специальности, а обучение особенностям массажа в педиатрической практике всегда должно следовать за базовой подготовкой массажиста.

Вся история педиатрического массажа тесно связана с общей историей развития теории и практики массажа.

В той или иной степени специальные массажные приемы, применяемые в процессе массажа детей, встречались и встречаются по настоящее время в традиционной медицинской практике во всем мире.

Однако массаж детей проводят не только для устранения проблем со здоровьем, но и в качестве элемента системы физического развития подрастающего поколения. Хорошо известно, что направленное воздействие на тело ребенка влияет и на формирование личности.

Так, в Древней Греции массаж считался важной частью процесса воспитания молодежи. С семилетнего возраста мальчики посещали так называемые гимназии, о которых римский историк Курций писал: «В то время как умственное образование юношества предоставлено было родителям, общественные гимназии заботились о телесном развитии, потому что с точки зрения общественного блага самой важной целью воспитания было взрастить для государства новое поколение, состоящее из сильных, красивых, смелых и ловких юношей». В гимназиях рядом с помещениями для бесед философов находились залы для занятий спортом, бассейны, массажные кабинеты. Воспитательным процессом в гимназиях занимались учителя — педотрибы, именно они массировали детей, чтобы сделать движения их «более свободными, а члены более гибкими».

Тем не менее массаж по праву можно назвать уникальным средством для лечения различных заболеваний у детей.

Не только цивилизации Средиземноморского региона уделяли внимание детскому массажу. В Юго-Восточной Азии, особенно в Китае, к XV веку был накоплен богатый опыт в области лечения педиатрических заболеваний и выработана уникальная система применения массажа в этих случаях. Тогда же появилось около 20 монографий, посвященных детскому массажу, послуживших отправной точкой для последующих исследований китайских специалистов в области применения массажа в педиатрии.

Говоря о формировании техники современного классического (в переводе с латинского языка — образцового) массажа в преломлении к педиатрической практике, следует особо отметить вклад русских ученых-медиков. Еще в XVIII веке профессор медицинского факультета Московского университета Семен Герасимович Зыбелин (1735—1802), профессор повивального искусства Петербургской бабичьей школы Нестор Максимович Максимович-Амбодик (1744—1812) указывали на исключительно важную роль пассивных движений для правильного роста и развития детей грудного возраста. Ранее массаж рекомендовал и создатель российской школы педиатрии Нил Федорович Филатов (1847—1902).

На рубеже XIX—XX веков в России стали возникать центры подготовки специалистов по массажу. Одним из первых таких центров, занимающихся обучением навыкам детского массажа, стала врачебно-

гимнастическая школа для женщин и детей, открытая в Петербурге в 1891 г. доктором Е.З. Залесовой.

Активное внедрение массажа в педиатрическую практику началось в России в 20-е годы XX века, когда появились первые методические пособия, в первую очередь переводы системы немецких врачей (Neyman-Neyrode, Muller, Silbergorn, Schperling). В последующие годы на основе этих систем издавались работы о массаже и гимнастике для детей раннего дошкольного возраста: в Москве — работы М.Д. Минкевич, Р.Г. Сорочек, З.С. Уваровой, В.П. Спириной, Г.П. Юрко и др.; в Ленинграде — ученых-медиков Педиатрического института под руководством профессора А.Ф. Тура.

Применению массажа в педиатрии посвящали свои работы Е.Л. Мугинова (1974), К.Д. Губерт, М.Г. Рысс (1982), В.Л. Страковская (1990–1991), Л.Г. Голубева (1996), И.С. Красикова (1996–2000).

В настоящее время отечественные ученые продолжают процесс создания и разработки методик массажа, решающих педиатрические задачи. В этой связи странными выглядят дискуссии отдельных специалистов англо-саксонских медицинских школ о пользе или вреде детского массажа.

Накопленные за многие годы опыт и знания российской массажной педиатрической школы не должны лежать мертвым грузом, их следует популяризировать, распространять, внедрять в медицинские системы других стран.

## **ВОПРОСЫ И ЗАДАНИЯ ДЛЯ САМОКОНТРОЛЯ**

1. Дайте определение термина «массаж».
2. Опишите, что включает понятие «детский массаж».
3. Кто из отечественных ученых занимался изучением вопросов массажа в педиатрической практике?

## **1.2. ОРГАНИЗАЦИОННЫЕ ФОРМЫ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ В СФЕРЕ МАТЕРИНСТВА И ДЕТСТВА**

В настоящее время в Российской Федерации существует развитая система оказания медицинской помощи матери и ребенку. Государство признает охрану здоровья детей как одно из важнейших и необходимых условий физического и психического развития детей, закрепив это положение в Федеральном законе от 21.11.2011 № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан Российской Федерации».