

Kötőszöveti masszázs elméletét!

A kötőszöveti masszázs alapja és háttere

- Az alapot a szegment masszázsnál tárgyalt elvek képezik, a kívánt hatást a kötőszövet befolyásolásával próbáljuk elérni. A kötőszövet területeket kezelve reflexes úton hatunk a beteg területre a vegetatív idegrendszer szimpatikus, paraszimpatikus egyensúlyának helyreállításával.
Dicke eredetileg saját, súlyos szövődménnyel fenyegető alsó végtagi keringési elégtelenségét próbálta kezelni jó eredménnyel. A bőrt és bőr alatti kötőszövetet ujjbeggyel eltolva próbálta csökkenteni a kóros feszüléseket és az izmok tónusát.
- A kötőszöveti masszázs a kötőszövetből vegetatív áthangoló hatást indít el, ugyanis az intersticiális kötőszövet kapcsolatban van a vegetatív idegrendszerrel.
- célja: a tónuskiegyenlítés

A kötőszöveti masszázs gyógymasszázs, betegségek kezelésére alkalmas. A masszázs elméletét 1929-ben Elisabeth Dick német gyógytornásznő dolgozta ki. Freiburgban az Orvostudományi egyetemen Korlausch és Leube irányításával 10 évig kísérletezték ki a pontos technikát. Ezután „Az én kötőszöveti masszázsom” című könyvében foglalja össze munkáját.

A kötőszövet szerepe nagyon fontos a masszázsban hiszen részt vesz a szervek táplálásában, raktározásában, védelmet nyújt a különféle mechanikai és fizikai ártalmakkal szemben. Térfogatót könnyen változtatja.

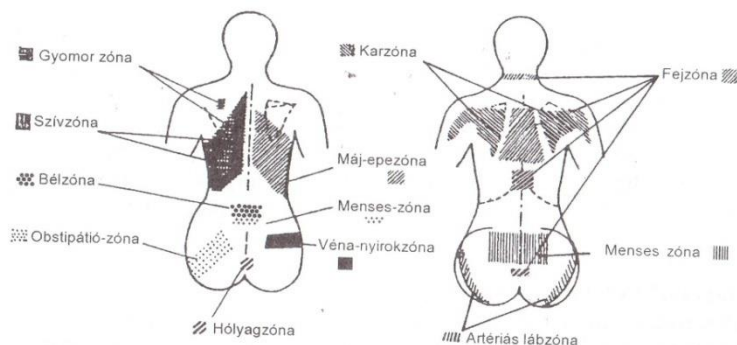
A belső szervek és szervrendszerek megbetegedéseinél a kötőszövetben fokozott feszülés jön létre. A megfelelő szegmentumok intersticiális kötőszövetében fokozódik a feszülés. A meg növekedett feszülés mértékét a bőr eltolhatóságának vizsgálatával lehet megállapítani. A feszülés mellett még behúzódások is mutatkoznak, amely a kötőszövet nagy folyadékleadó képességére utal. (kötőszövetből, vegetatív áthangoló hatást indít el)

Minden kötőszöveti zónához rendelhető egy szerv. A kötőszöveti masszázs során az egyes zónákhoz tartozó szervek működését lehet befolyásolni.

Fokozott feszülés a felületes /bőrközei/és mély /fascia közei/kötőszöveti zónákban

- Kötőszöveti duzzanat /folyadékfelvétel/
- Kötőszöveti behúzódás/folyadékleadás/
- A kötőszöveti rugalmasság, elaszticitás csökkenése
- A kötőszöveti zónák diagnosztikai jelentősége:
- Jelzik a betegség aktivitását /akut,krónikus állapot/
- A kliniakailag néma zónát
- A diagnosztikus zónát

Masszázs zónái:



- hólyagzóna: helye sacrum és a farokcsont határa, farokcsonti régió. ok: hólyaghurut, hideg láb (nők)
- obstipatios: 5-10cm széle sávban mindkét oldalon a sacrum középső harmadától ferdén lefelé, lateral felé. ok mensest megelőzően és székrekedés esetén.
- artériális lábzóna: gluteális régió laterális részén. ok: érszűkület, fekély (talpi)
- vénás és nyirok: sacrum középső harmadától mindkét oldalon a csípők irányába. ok visszeresség, lábszárfekély, nyirokpangás, Sudeck-atrophia
- menstruációs: sacrum felső harmadában. ok: görcsös rendszertelen menses
- bélzóna: sacrum felső harmadában. ok: anyagcsere zavar, puffadás, hasmenésre való hajlam
- máj és epe: bordaközökben jobb oldalt ok: hepatitis és az azt követő állapot ill. zsíros étkezés utáni rosszullét esetén.
- szív: bordaközökben bal oldalt. ok: szívbetegségek, stressz miatti problémák
- gyomor: lapockaközben bal oldalon, lapocka alsó csúcsáig. ok stressz miatti gyomorpanaszok, gyomorsüllyedés
- kar: lapocka területén és a deltoideuson dorsalisán. ok: karfájdalom, Dopuytren-control, törés utáni fájdalom

Kezelési technika:

és a 4. ujj begyével kell végezni, két illetve három ütemű technikával. Az ujjakat rányomjuk a bőrre és 1-2cm es előre- hátramozgással lassan haladunk meghatározott irányba. A dörzsölő nyomás vongálja a felületes bőrrétegeket, a hámot az írha határán elmozdítja és olyan közvetlen inger keletkezik mely nemcsak a sejtekre hanem a nagyszámú fájdalom és érző idegvégződésre is hatással van. A hajszálerek kitágulnak, a bőr kivörösödik mely dudor képződéséig fokozódhat. Vérbőség lép fel és reflexfolyamatok indulnak meg.

2 ütemű technika:

- **ráhelyezés, húzás** izompálya (fascia) technika: bőr rétegein át az izompályaig hatol (subscitus- fascia határ) ujjtartás bőrre merőleges

háromütemű technika:

- **ráhelyezés, -eltolás-húzás bőr alatti technika**: a fogás a bőr alatti tömegesebb kötőszövetig hatol (cutis-subcutis határ) ujjtartás lapos, laterálistól sacrum (keresztcsont) felé és caudaltól (farok) a csípőlapát széle felé dolgozunk.

- A kar az ujjak behajlítva a körmök rövidek. Merőlegesen tartott körömpercsel dolgozunk nem túl mélyen a kötőszöveti rostok lefutása szerint a rövid húzások azokra merőlegesen a hosszúak velők párhuzamosak.

Beteg elhelyezés: beteg kezelőpadon vagy a széken ül.

- Palpáció: A masszázs megkezdése előtt elvégzendők a zónák vizsgálata a farnál kezdve haladva felfelé.
- Inspekció: Figyelünk az esetleges behúzóadásokra.
- Ha felületi réteg feszül új keletű probléma van
- aktív zóna ha ott érzékeny a beteg
- passzív zóna ha feszülést észlelünk de nincs panasza a betegnek
- szemrevételezés inpectió. behúzóadások a faron és egyéb helyeken
- tapintás palpatió. feszülő felszíni vagy mélyebb rétegek

Kezelési alapelvek:

- Megfigyelés
- Tapintás
- Bőrhőmérséklet mérése
- A keringés áramlás mérése

Kezelés menete: *Vivőanyag nélkül dolgozunk!!!!!!*

Medencemenet: jobb oldalon kezdve

- laterálistól sacrum (szegycsont) felé 3 ütemű technikával fölfelé haladva
- sacrumfél betöltése 2 ütemű technikával
- cauddal felől csípőlapát széléhez húzva 3 ütemű technikával laterál felé
- SPIS összekötések L.V.proc. spinosusával 2 ütemű húzással
- Fogásokat a másik oldalt is végigvisszük majd terápiás lehúzás kisujjszéllal köldöktől sacrumig

Laterális törzszenet:

- beteg a kezelt oldalon a kezét a fejére teszi. a m. latissimus dorsi előtt haladunk felfelé 2 ütemű húzásokkal majd a latissimus dorsihoz húzzuk a kötőszöve lapocka aljáig haladunk

Törzszenet:

- Kettős S húzások a széles hátizmon és a paravertebrális izomzaton mediál felé lapocka aljáig haladunk. a fogásokat a másik oldalon is végigvisszük majd terápiás lehúzás kisujjszéllal sternumtól TH.9ig a bordakosár lefutását követve.

Lapockamenet:

- a lapocka testén a mediális margóhoz húzunk letről felfelé haladva,
- lapockatövistől a margo superior felé húzva mediáltól acromion felé haladva
- fogásokat a másik oldalon is végigvisszük majd terápiás lehúzás kisujjszéllal C. 7től acromionig (vállcsúcs)
- kezelés után a beteg 1 órát pihen
- ha szükséges lehet kezelni a szegycsonton, hason, végtagok, arc

Masszázs reakciók:

helyi hatások:

- derma rubra természetes bőrreakció
- derma alba- rendellenes keringési zavarok és pajzsmirigy problémák esetén normális javulást a pirosság jelzi
- libabőr- szimpatikus vegetatív reakció
- izzadás- helyileg paraszimpatikus vegetatív reakció
- Távoli vegetatív hatások
- esetlegese fejfájás- kezelés leáll
- hányinger- kezelés leáll

humorális hatások:

- arc bőrnek és az alsó végtagoknak és a szimmetrikus hőmérséklet emelkedése- aszimmetrikus kezelés esetén is
- kezelés után eufórikus állapot
- jóleső ellazult állapot

Ideje: első 3-4 kezelés 40-45 perc később 2-3 naponta 20-25 perc kezelés után 1 óra pihenés

Indikáció:

- perifériás keringési zavarok
- szív keringési betegségek
- tüdőbetegségek asthma (rohamokban jelentkező nehézlégzés) bronchitis (hörgőhurut) emphysemák (hörgőhurut)
- emésztőszervek betegségei: gyomor, bél, epe, máj
- vese panaszok
- fejfájás
- mozgásszervi megbetegedések: reumás ortopéd, traumás betegségek

Kontraindikációk:

- láz
- heveny gyulladások
- menstruáció
- terhesség
- fertőző bőrbetegségek
- daganatok
- mélyvénás trombózis
- vérzékenység és visszérgyulladás
- csont, izom, ízületi sérülések
- rándulások, ficamok heveny szakasza