

Reflexní masáže

(teorie)

FYZIKÁLNÍ TERAPIE II
FYZIOTERAPIE, FSPS, MU

KLÁRA ŠOLTÉS MERTO VÁ

Osnova

- ▶ Definice
- ▶ Historické pozadí
- ▶ Indikace a kontraindikace
- ▶ Podstata neurofyzilogických principů reflexní masáže
- ▶ Autonomní nervový systém
- ▶ Sympatikus
- ▶ Parasympatikus
- ▶ Headovy zóny
- ▶ Reflexní projevy
- ▶ Techniky reflexní masáže
- ▶ Masážní sestavy



Reflexní masáž je definována jako:

- ▶ „Manuální léčebný zásah na povrchu těla aplikovaný v místech druhotných, onemocněním reflexně vyvolaných změn.“

Autor: Karel Žaloudek

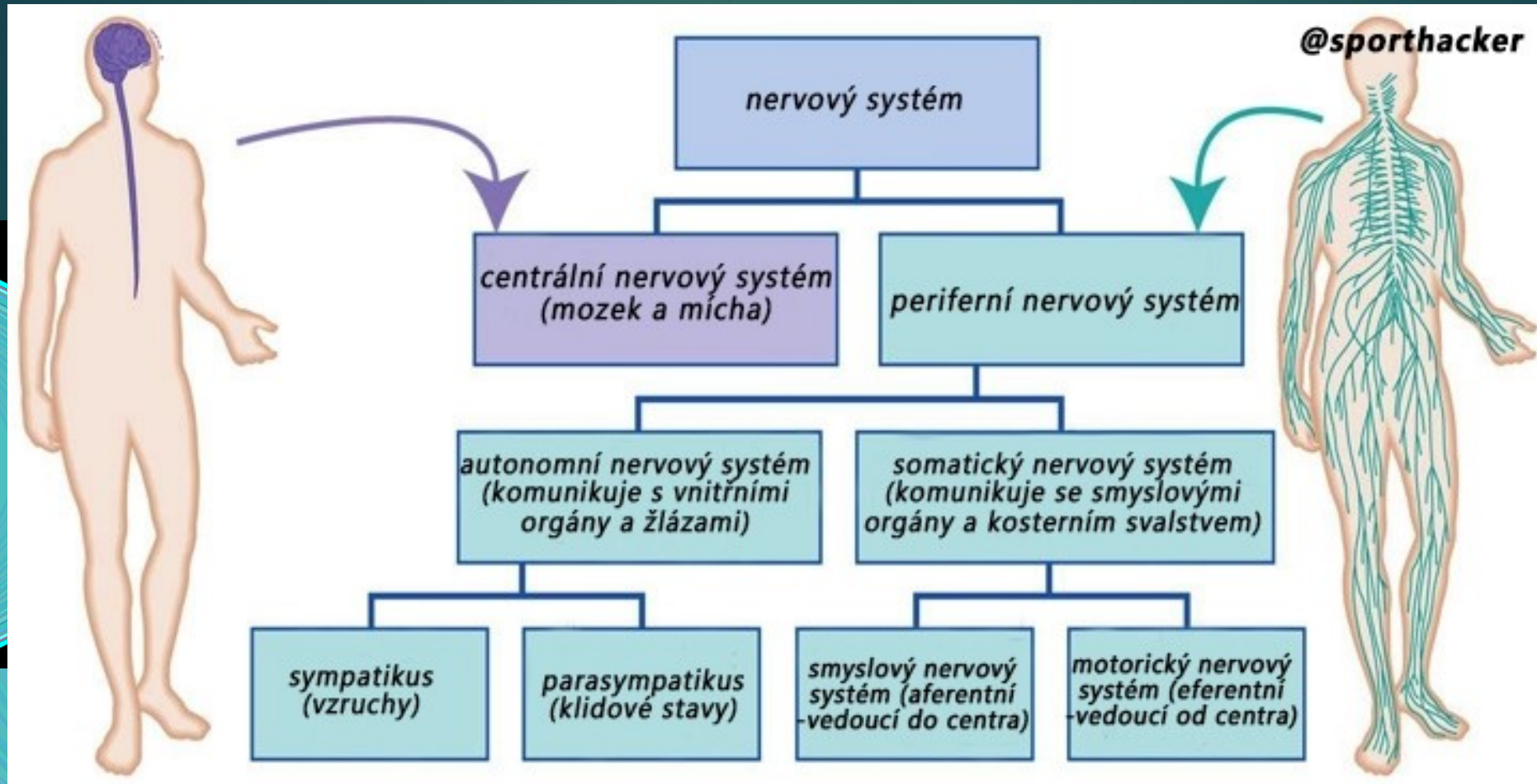
Historické pozadí

- ▶ Čína, Vietnam, Indie, starověký Egypt – kolébka reflexní terapie
- ▶ Henry Head (ang. Neurolog)- konec 19.století
- ▶ Mackenzie
- ▶ Dickeová, Teirichová-Leubeová
- ▶ Vogler a Krauss – r.1953 masáž periostu
- ▶ Glaser a Dalicho - r.1936 „segmentová masáž“



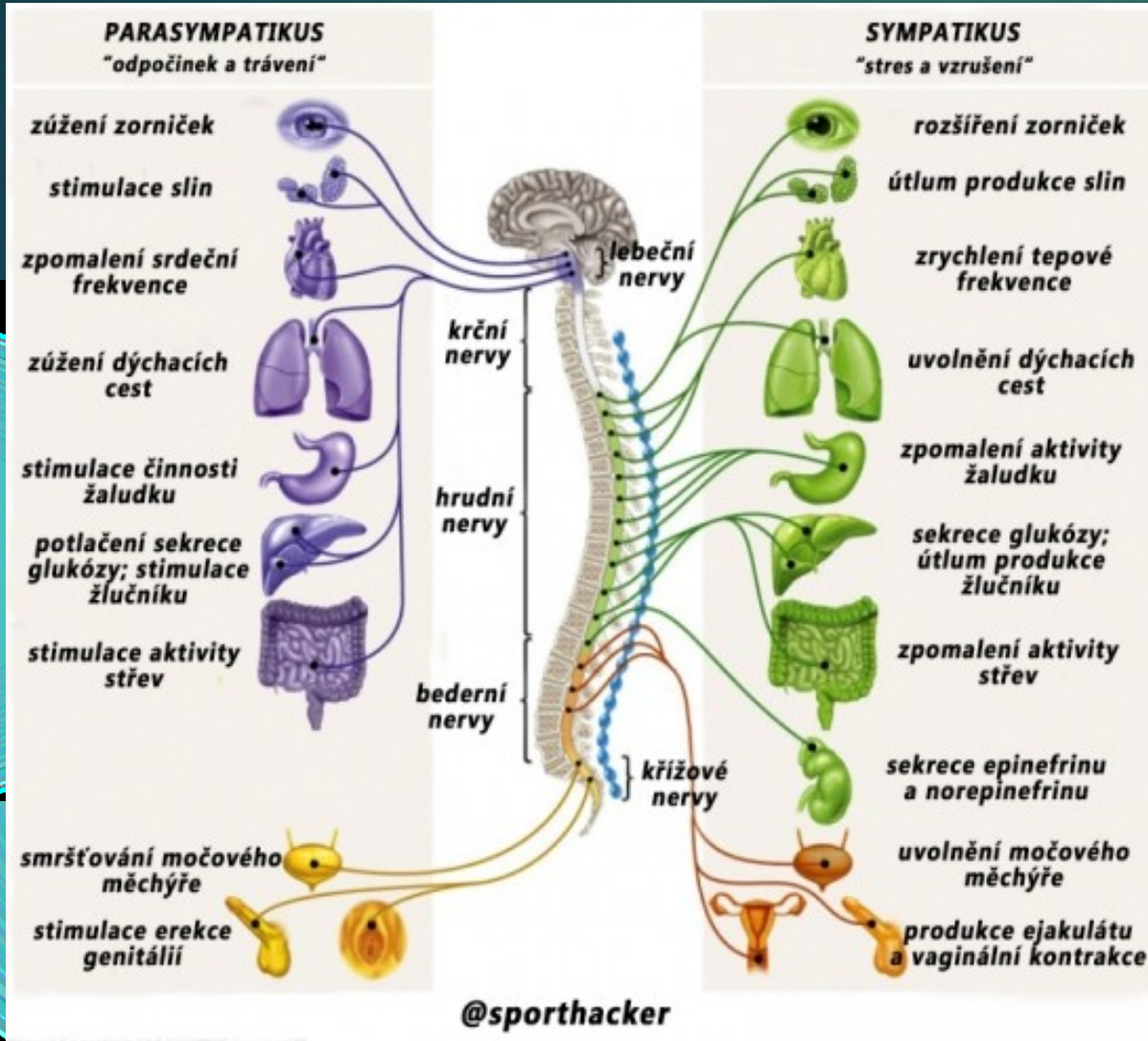
Obr. 2

Nervový systém

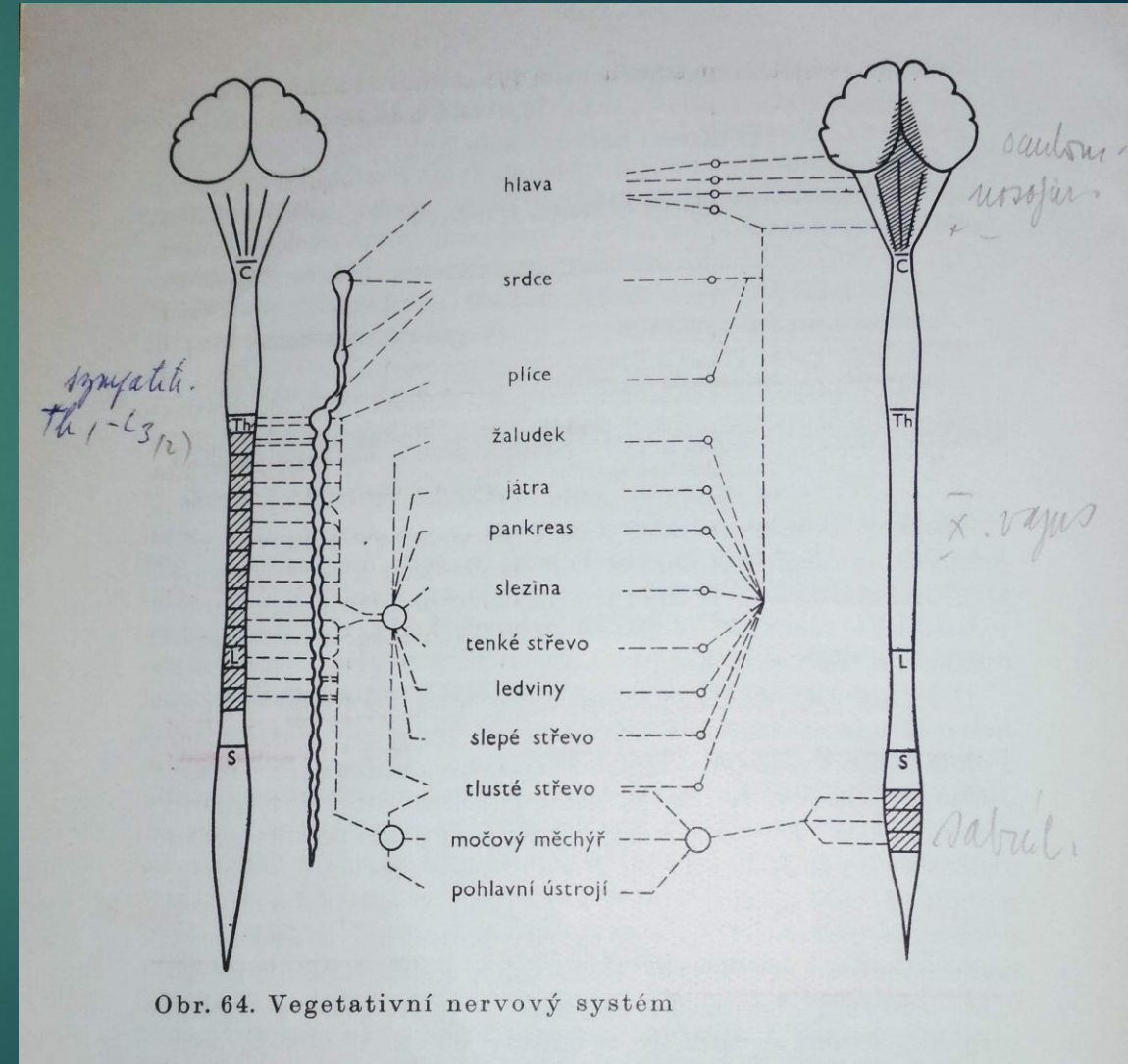


Obr. 3a

Autonomní nervový systém



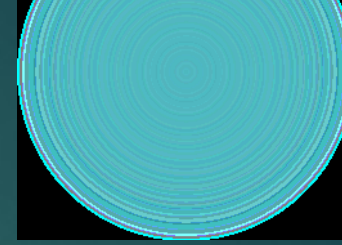
Obr. 3b



Obr. 4

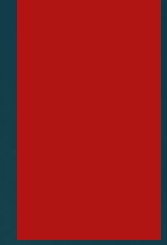
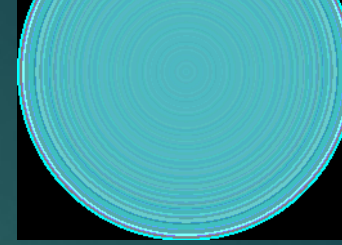
Sympatikus

- ▶ Katabolické děje
- ▶ Ergotropní funkce
- ▶ Míšní segmenty C8 – L3
- ▶ Truncus sympathicus
- ▶ Mediátorem: adrenalin noradrenalin (sys. adrenergní)



Parasympatikus

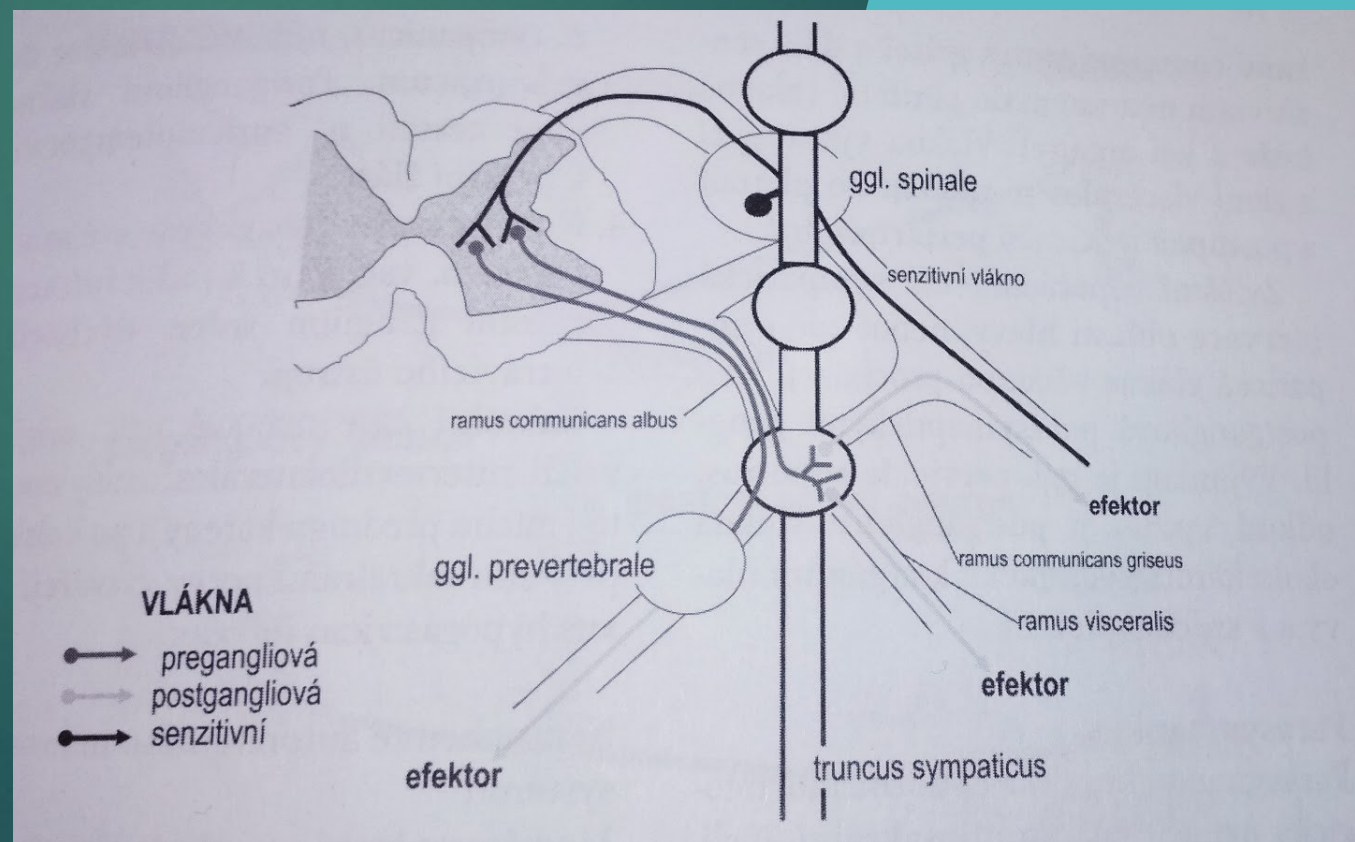
- ▶ Anabolické děje
- ▶ Trofotropní funkce
- ▶ Provází MN a oblast konu míchy
- ▶ Mediátorem: acetylcholin (sys. cholinergní)



Podstata neurofyzilogických principů reflexní masáže

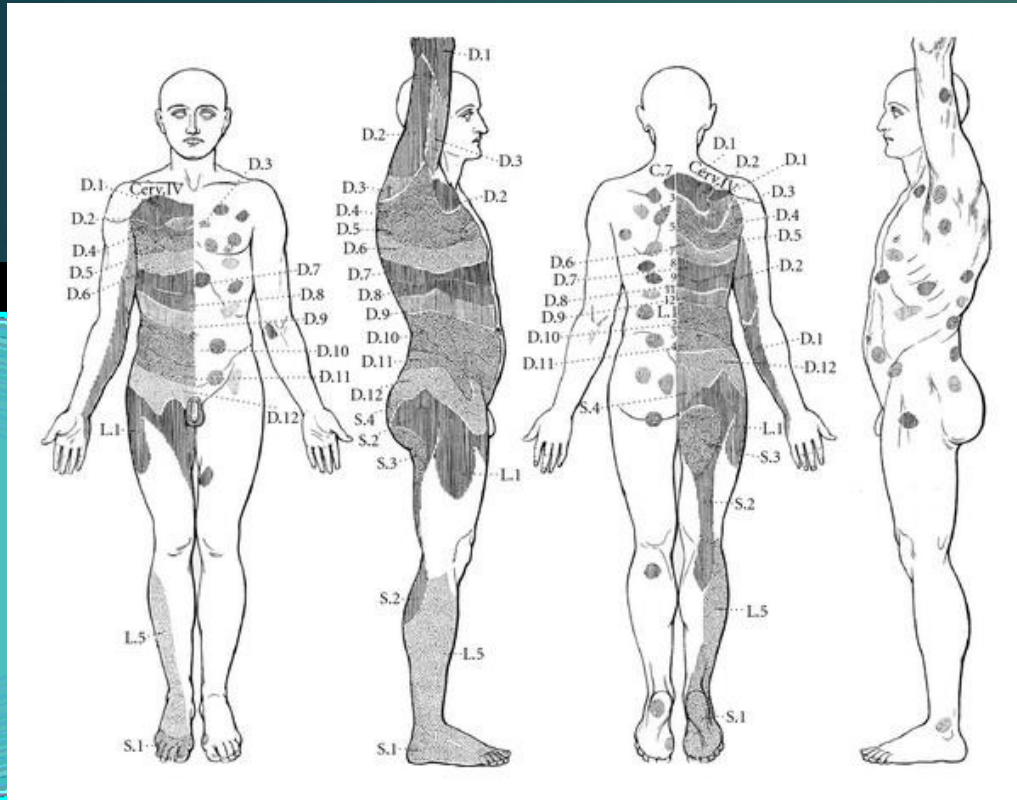
- ▶ Ovlivnění vnitřních orgánů zásahem na povrchu těla
- ▶ Subjektivně: difúzní pocit, poměrně nepřesný, ale naléhavý.

- ▶ Viscerokutánní
- ▶ Visceromotorický
- ▶ Visceroviscerální
- ▶ Kutoviscerální

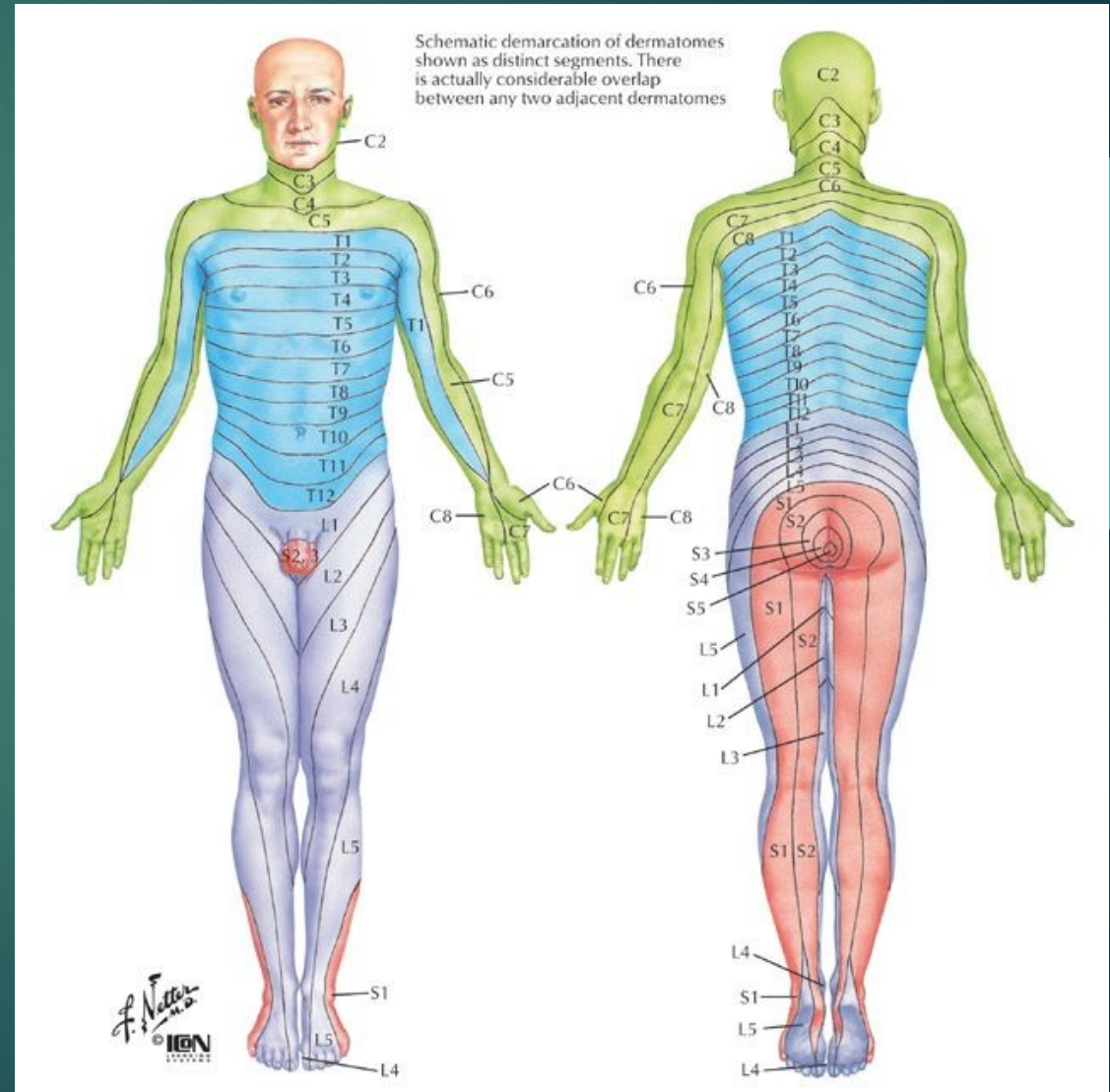


Headovy zóny

Dermatomy



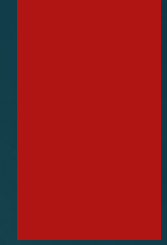
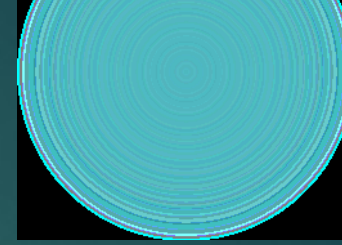
Obr. 6



Obr. 7

Účinek reflexní masáže

- ▶ Účinek místní a vzdálený
- ▶ Zásah do patogenního oblouku
- ▶ Reakce humorální i hormonální
- ▶ Odsranění reflexních změn v dalších etážích



Indikace

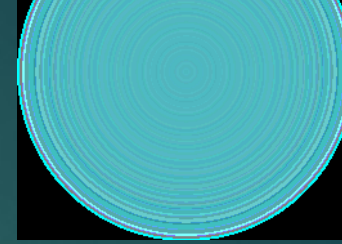
- ▶ Funkční a organická chronická onemocnění vnitřních orgánů;
- ▶ Poruchy prokrvení;
- ▶ Funkční, degenerativní a některá chronická revmatoidní onemocnění páteře a periferních kloubů;
- ▶ Poúrazové a pooperační stavy;
- ▶ Vegetativní a endokrinní dysregulace

kontraindikace

- ▶ akutní záněty a infekční onemocnění;
- ▶ Indikovaný klid na lůžku;
- ▶ Infekční onemocnění;
- ▶ Porušení kožního krytu;
- ▶ Transplantovaný orgán;

Techniky reflexní masáže

- ▶ Segmentová (šijová, zádová, hrudní, pánevní)
- ▶ Vazivová
- ▶ Periostová



Hmaty segmentové techniky

- ▶ Působící na kůži a podkožní vazivo:

mezitrnový, pilový, přerušovaný tah vidličkou, všechna tření;

- ▶ Působící na fascii a sval:

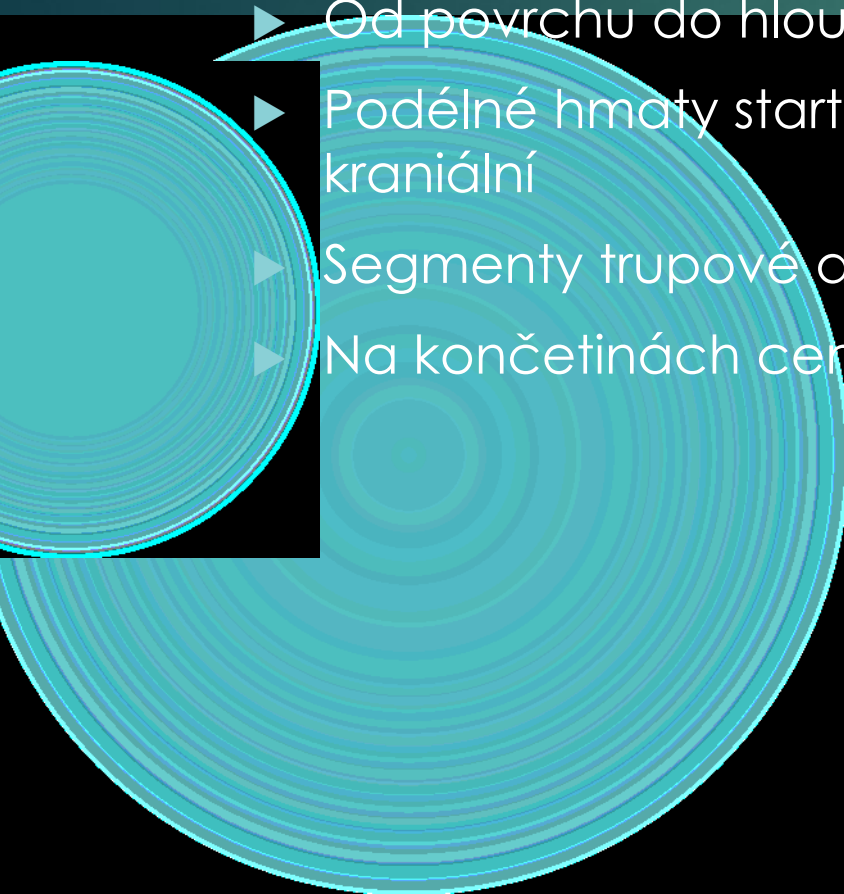
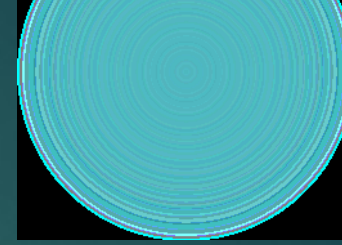
přisuvná spirála, mezitrnový, pilový, přerušovaný tah vidličkou, masáž okrajů lopatky a zadní plochy svalu trapézového, masáž infraspinatu a supraspinatu, podlopatkový hmat, vytírání a hnětení;

- ▶ Působící na periost:

masáž linea nuchae terminalis, masáž čela a klenby lební, hluboká hnětení na kostních ploškách.

Zásady

- ▶ Kořenové oblasti – od páteře k periferii
- ▶ Od povrchu do hloubky
- ▶ Podélné hmaty start od lumbálních (sokrálních) segmentů směr kраниální
- ▶ Segmenty trupové anteroposteriorně
- ▶ Na končetinách centripetálně



Masážní sestava



▶ Sestava zádová (pacient leží na břiše):

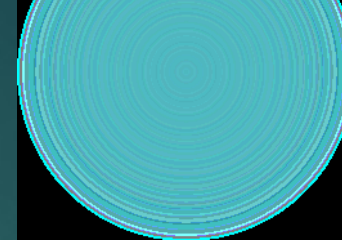
- ▶ přísvná spirála;
- ▶ mezitrnový hmat;
- ▶ pilový hmat;
- ▶ posuvné chvění;
- ▶ přerušovaný tah vidličkou;
- ▶ masáž okrajů lopatky a zadní plochy svalu trapézového;
- ▶ masáž subskapulární;
- ▶ masáž infraspinatu a supraspinatu;
- ▶ plošná vibrace zad.



Masážní sestava

▶ Sestava pro šíji a hlavu (pacient sedí):

- ▶ přísuvná spirála;
- ▶ masáž okrajů lopatky a zadní plochy svalu trapézového;
- ▶ masáž subskapulární;
- ▶ masáž infraspinatu a supraspinatu;
- ▶ trapézový hmat;
- ▶ masáž šíjového svalstva;
- ▶ masáž linea nuchae terminalis;
- ▶ masáž čela s výtěrem přes oči;
- ▶ masáž klenby lebni;
- ▶ výtěr od nadočnice po ramena.



Doporučená literatura

- ▶ ŽALOUDEK, Karel [MUDr.]. *Masáž : příručka pro střední zdravotnické pracovníky*. Vyd. 1. Praha: Státní zdravotnické nakladatelství, 1965. 270 s.
- ▶ PATAKY, Július. *Učebnice reflexní terapie :skutečný návrat k přírodě je možný pouze skrze bosá chodidla : kniha o technologii reflexní terapie a jiných metodách při léčbě a samopomoci*. Olomouc: Dobra & Fontána, 1998. 273 s. ISBN 80-86179-18-4.
- ▶ JANČA, Jiří. *Reflexní terapie :tajemná řeč lidského těla*. 2. vyd. Praha: Eminent, 1996. 203 s. ISBN 80-85876-17-5.
- ▶ Prezentace Mgr. Dagmar Moc Králová, Ph.D.

Použité obrázky

- ▶ Obr.1: SPA treatment. In: *Hotel Venus: Partial massage* [online]. Karlovy Vary, 2018 [cit. 2018-12-15]. Dostupné z: <http://www.hotelvenus.cz/en/spa-treatment/>
- ▶ Obr. 2: Reflexní terapie. In: *Zdraví a pohoda* [online]. 2018 [cit. 2018-12-15]. Dostupné z: <http://www.zdraviapohoda.cz/Reflexni-terapie.html>
- ▶ Obr. 3 a,b: Obr. 5 a 6: Sporthacker. In: Mgr. Vít Schlesinger: *Dýchání a psychika* [online]. 2018 [cit. 2018-12-15]. Dostupné z: <http://www.vit-schlesinger.cz/cs/novinky/dychani-a-psychika.html>
- ▶ Obr.4: ŽALOUDEK, Karel [MUDr.]. *Masáž : příručka pro střední zdravotnické pracovníky*. Vyd. 1. Praha: Státní zdravotnické nakladatelství, 1965. 270 s. : i.
- ▶ Obr. 5: MYSLIVEČEK, Jaromír. *Základy neurověd. 2., rozš. a přeprac. vyd.* Praha: Triton, 2009. ISBN 9788073870881.
- ▶ Obr. 6: BEISSNER, Florian, Christian HENKE a Paul U. UNSCHULD. Forgotten Features of Head Zones and Their Relation to Diagnostically Relevant Acupuncture Points. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine* [online]. 2011, **2011**, 1-7 [cit. 2018-12-15]. DOI: 10.1093/ecam/nen088. ISSN 1741-427X. Dostupné z: <https://www.hindawi.com/journals/ecam/2011/240653/>
- ▶ Obr. 7: Dermatomes and Myotomal Maps - Netter. *GrepMed* [online]. @grepmed, 10monthsagon. 1. [cit. 2019-02-08]. Dostupné z: <https://www.grepmed.com/articles/648>