

Влияние массажа на нервную систему

Нервная система первая воспринимает механическое раздражение, наносимое на кожу пациента руками массажиста во время процедуры.

Применяя различные массажные приемы, меняя их силу и продолжительность воздействия, можно изменять функциональное состояние коры головного мозга, снижать или повышать возбудимость центральной нервной системы, усиливать нарушенные рефлексы, улучшить питание и газообмен нервных волокон и проводимость нервных импульсов.

Нервная система и особенно ее центральные отделы играют одну из решающих ролей в механизме вовлечения гипоталамо-гипофизарно-надпочечниковой системы в ответную реакцию на вибрационное раздражение и принимают участие в осуществлении защитно-приспособительных реакций организма. Причем действие определенных приемов массажа (например, вибрация) на организм осуществляется при участии высших отделов центральной нервной системы, в том числе коры головного мозга, что подтверждается возможностью условного сосудистого рефлекса на механический раздражитель (приемы массажа). Следовательно, реакция организма на действие массажа осуществляется благодаря замыканию рефлекторной дуги на различных уровнях от аксонрефлекса или сегментарных рефлексов до высших вегетативных образований и коры головного мозга.

Воздействие массажных приемов на любую рефлексогенную зону сопровождается общей реакцией организма, выходящей за пределы раздражаемого метамера, которая носит приспособительный характер. Независимо от места воздействия закономерно повышается энергетическая обеспеченность организма, что подтверждается интенсификацией тканевого дыхания и окислительно-восстановительных процессов в тканях. Под влиянием, например, механической колебательной энергии (вибрации), наблюдается в той или иной степени зависимость изменений функций адекватных сенсорных систем от параметров физического фактора.

Под действием массажа может повышаться или понижаться возбудимость нервной системы в зависимости от ее функционального состояния и методики массажного воздействия. Например, поглаживание вызывает положительные эмоции, приятное состояние покоя и расслабления. В то же время энергичные приемы массажа (например, разминание) могут вызвать неприятные ощущения, неблагоприятные вегетативные реакции.

Установлено, что ведущая роль в формировании боли принадлежит коре головного мозга и что боль может уменьшиться или полностью исчезнуть под действием условного раздражителя. Таким раздражителем является массаж, при условии если он применяется строго по показаниям с учетом функционального состояния организма, стадии и формы заболевания. Адекватная реакция организма на воздействие различных приемов массажа проявляется приятным ощущением тепла, снятием напряжения мышц, уменьшением болевого компонента, улучшением общего самочувствия. Наоборот, если массаж усиливает

боли, вызывает неблагоприятные реакции сердечно-сосудистой системы, спазмы сосудов, проявление общей слабости, то его проведение противопоказано. Установлено, что наиболее выраженную реакцию со стороны пораженного органа можно получить при раздражении массажем определенной кожной зоны, связанной с больным органом сегментарно-рефлекторными взаимоотношениями. Например, сердце реагирует на приемы массажа в области С7 тела позвонка и левой подключичной области, желудок на раздражение массажем в области Th8 тела позвонка или кожи живота в области проекции желудка на переднюю брюшную стенку. При поколачивают области крестца усиливается перистальтика кишечника. Массаж пояснично-крестцового и нижнегрудного отделов позвоночника оказывает регулирующее влияние на кровообращение органов таза и нижних конечностей. Подобные зоны называют рефлексогенными. Они богаты вегетативной иннервацией. Избирательный массаж в этих зонах получил название рефлекторно-сегментарного.

Массаж оказывает также выраженное влияние и на периферическую нервную систему, улучшая кровоснабжение, окислительно-восстановительные и обменные процессы в нервной ткани.

Использование различных приемов массажа и их сочетаний называется процедурой массажа. Процедура может быть местной, когда массируются отдельные сегменты тела и общей - когда массируется все тело.

Местный массаж оказывает стимулирующее влияние на нервно-мышечный аппарат и окислительно-восстановительные процессы в мышцах, благотворно действует на ослабленные мышцы, улучшает регенеративные процессы при повреждении костей и суставов, повышает тонус мышц при вялых и нормализует его при спастических параличах и т. д. Местный массаж может применяться в области выраженных болей, отека тканей и других патологических изменений в них или в зоне неизмененных тканей (например, при иммобилизации поврежденной конечности массируется здоровая конечность). Возникающие при этом импульсы рефлекторно влияют на пораженную конечность.

Под влиянием общего массажа улучшаются кровообращение и сократительная способность сердечной мышцы, повышается приток крови к сердцу, уменьшаются застойные явления в тканях и органах, усиливаются все виды обмена, секреторная функция органов, увеличивается диурез, активизируется выделение из организма мочевины, мочевой кислоты, хлористого натрия и др. солей. Общий массаж способствует понижению повышенного артериального давления крови и улучшению функции дыхания. Почти нет заболеваний, при которых не был бы показан массаж в общем комплексе лечебных мероприятий.

Автор: В.Енифанов, И.Ролик

Информацию предоставила: Ходжаян Каринэ Бадали.

Источник информации:

<http://www.rostmaster.ru/lib/massage/massage-0006.shtml>