



Masažas

PACIENTO INFORMACIJOS LAPAS

Prieš sutikdami atlikti procedūrą, prašome perskaityti šį informacinį lapą.

Jei nusprendėte atlikti masažo procedūrą, šiame lape pateikiama informacija Jums padės pasiruošti procedūrai ir aiškiau suprasti jos naudą, galimas rizikas ir komplikacijas. Klauskite gydytojo, jeigu ko nors nesupratote ar kas nors Jus neramina dėl numatomos procedūros.



1. Procedūros nauda, esmė, tikslas



– **Klasikinis gydomasis masažas** – speciali, dozuota mechaninių ir refleksinių poveikių kūno paviršiui visuma bei funkcinė gydymo priemonė, atliekama glostymo, trynimo, maigymo, vibracijos būdais. Gali būti skirta gydytojo, rekomenduojama po fizinio, protinio pervargimo įvairioms ligoms ir traumoms gydyti arba pasirenkama paties paciento.

Masažas gerina visas odos funkcijas, nuo kūno paviršiaus greičiau pašalinamos suragėjusios epidermio ląstelės, pagerėja odos kvėpavimas, pagyvėja prakaito ir riebalinių liaukų veikla, išsiplečia kraujo ir limfos kapiliarai, pakyla odos ir giliau esančių audinių temperatūra, padidėja jos atsparumas įvairiems neigiamiems išoriniams poveikiams ir pagerėja elastingumas. Taip pat sustiprėja kolageninės skaidulos, kurios suteikia odai elastingumo, tvirtumo ir saugo nuo raukšlių. Klasikinis gydomasis masažas skirstomas į:



• **Gydomąjį nugaros masažą** – masažuojama nugaros sritis nuo kaklo iki sėdmėnų, siekiant atpalaiduoti įsitempusius arba tonizuoti nusilpusius raumenis.



• **Gydomąjį galvos, veido masažą** – masažuojamas veidas ir / ar plaukuotoji galvos dalis, siekiant pagerinti kraujotaką, mažinti įtampą.



• **Gydomąjį pečių juostos masažą** – masažuojamas kaklas, sprandas, pečiai, siekiant atpalaiduoti įsitempusius arba tonizuoti nusilpusius raumenis.



• **Gydomąjį viršutinės / apatinės galūnės masažą** – masažuojamos rankos arba kojos, siekiant atpalaiduoti įsitempusius arba tonizuoti nusilpusius raumenis, mažinti skausmus.



• **Vibracinį krūtinės masažą** sergant kvėpavimo takų ligomis. Šis masažas atpalaiduoja, palengvina būklę sergant kvėpavimo takų ligomis.



• **Limfodrenažinį masažą** – skirtas kūno limfos ir veninės kraujotakos sistemų veiklai gerinti. Limfodrenažinio masažo metu mechaniškai greitinama limfos tėkmė ir refleksiškai veikiama visa limfos sistema, gerėja jos tonusas, todėl mažėja jos sąstovis audiniuose. Gali būti atliekamas viso kūno arba atskirų dalių masažas.



• **Kūdikių ir vaikų masažą** – stimuliuoja fizinį augimą, protinę brandą, grūdina, teigiamai veikia visą organizmą. Kūdikių ir vaikų masažas yra kompleksinė gydymo priemonė esant įvairioms ligoms.



Masažo apimtis ir trukmė nustatoma kiekvienu konkrečiu atveju, kurį sąlygoja paciento medicininės indikacijos. Pirmieji masažai yra trumpesni ir mažesnio intensyvumo. Svarbu atsižvelgti į tai, kad rezultatas priklauso nuo įvairių veiksnių, kiekvieno žmogaus individualių savybių, todėl negali būti vienodas ir garantuojamas visiems.

2. Atliekant masažą (-us) ir po jo (jų) gali pasireikšti tokie šalutiniai reiškiniai ir komplikacijos:

2.1. Šalutiniai reiškiniai ir (ar) komplikacijos:



- Nežymus arterinio kraujo spaudimo padidėjimas.



- Lengvas galvos svaigimas.



- Lokalus raumenų skausmas, kai masažuojami spazmuoti raumenys.

2.2. Reti šalutiniai reiškiniai ir (ar) komplikacijos:



- Stiprus arterinio kraujo spaudimo padidėjimas arba sumažėjimas.



- Stiprus galvos spaudimas.



- Pykinimas.



- Alerginės reakcijos masažo priemonėms.



Masažas kontraindikuotinas esant pakilusiai kūno temperatūrai, ūmiems uždegimams, kraujavimui, pūlingiems procesams bet kurioje kūno vietoje, odos bėrimams, daugybinėms karpoms, odos grybeliui, ūmiam venų uždegimui, arterijų ar limfagyslių uždegimui, osteomielitui, įvairiems gerybiniam ir piktybiniam navikams. Sergant venų uždegimu, masažas neatliekamas, o esant stipriai išsiplėtusioms kojų venoms, negalima masažuoti kojų. Esant tulžies ir inkstų akmenims, nemasažuojamas pilvas, o darant nugaros masažą tokiems pacientams netaikomas maigymas ir vibracija. Pilvas taip pat nemasažuojamas esant kirkšnies išvaržai, moterims menstruacijų, nėštumo metu. Taip pat nerekomenduojamas masažas esant stipriems skausmams, jei ligonio būklė sunki.



Paskambinkite į centrą, jeigu:

- kilo klausimų dėl paskirtos procedūros;
- nesupratote, kaip reikia pasiruošti procedūrai;
- susirgote prieš procedūrą (pakilo temperatūra, gripas, peršalimas);
- norite pakeisti procedūros datą ar atsisakyti procedūros.



V. Grybo g. 32A, Vilnius, Lietuva
Registracija tel. +370 698 0000

hila.lt



I-V 7.00-20.00 val. MRT tyrimai atliekami iki 21.00 val.
VI 8.00-15.00 val. MRT tyrimai atliekami iki 21.00 val.
VII 9.00-15.00 val. Atliekami tik MRT tyrimai!



Paskutinis tyrimas atliekamas likus 30 min. iki darbo pabaigos.