

**ПРЕДИСЛОВИЕ****11****ЧАСТЬ I . МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ РАЗЛИЧНЫХ ВИДОВ  
РЕФЛЕКТОРНОГО МАССАЖА****13****ГЛАВА 1. ТОЧЕЧНЫЙ И ЛИНЕЙНЫЙ МАССАЖ****15**

|   |    |
|---|----|
| Основные принципы точечного и линейного массажа .....   | 15 |
| Представление о здоровье и патологии человека .....   | 17 |
| Меридианы и точки акупунктуры .....   | 18 |
| Методы рефлексотерапии .....  | 22 |
| Клинические синдромы поражения 12 основных меридианов.....  | 24 |
| <i>Классификация корпоральных точек</i> .....   | 34 |
| Методики точечного и линейного массажа .....  | 49 |
| Основные приемы точечного и линейного массажа.....  | 53 |
| <i>Точечный массаж</i> .....  | 53 |
| <i>Линейный массаж</i> .....  | 55 |
| Принципы курсового лечения методом точечного<br>и линейного массажа .....                                       | 58 |
| Основные механизмы действия точечного и линейного массажа .....   | 60 |
| Оптимальные условия проведения рефлексорного массажа .....  | 62 |
| Сочетание и комбинирование точечного и линейного массажа с другими<br>немедикаментозными методами лечения ..... | 64 |
| Показания и противопоказания к назначению<br>точечного и линейного массажа .....                                | 65 |

**ГЛАВА 2. ТОПОГРАФИЯ ТОЧЕК АКУПУНКТУРЫ,  
ИСПОЛЗУЕМЫХ ПРИ МАССАЖЕ****68**

|                                       |    |
|---------------------------------------|----|
| Корпоральные точки .....              | 68 |
| <i>Область головы</i> .....           | 69 |
| <i>Лицо и околушная область</i> ..... | 71 |
| <i>Область шеи</i> .....              | 75 |

|                                   |     |
|-----------------------------------|-----|
| Область надплечья и лопатки.....  | 77  |
| Область спины.....                | 80  |
| Область груди.....                | 84  |
| Область живота.....               | 85  |
| Боковая поверхность туловища..... | 88  |
| Верхняя конечность.....           | 89  |
| Нижняя конечность.....            | 98  |
| Аурикулярный массаж.....          | 111 |
| Массаж гуаша.....                 | 123 |

### **ГЛАВА 3. МАССАЖ ШИАЦУ** **128**

|  |     |
|--|-----|
| Основные приемы шиацу.....                                   | 130 |
| Виды надавливания.....                                       | 131 |
| Показания и противопоказания к назначению массажа шиацу..... | 133 |

### **ГЛАВА 4. РЕФЛЕКТОРНО-СЕГМЕНТАРНЫЙ МАССАЖ** **138**

|  |            |
|--|------------|
| Основные особенности рефлекторно-сегментарного массажа.....                      | 138        |
| Соматическая нервная система.....  | 140        |
| Вегетативная нервная система.....  | 141        |
| Зоны иннервации спинномозговых сегментов.....                                    | 143        |
| Виды рефлекторных изменений в тканях.....  | 145        |
| <i>Рефлекторные изменения в коже.....</i>  | <i>146</i> |
| <i>Рефлекторные изменения в подкожной соединительной ткани.....</i>              | <i>148</i> |
| <i>Рефлекторные изменения в мышцах.....</i>                                      | <i>150</i> |
| <i>Рефлекторные изменения в надкостнице.....</i>                                 | <i>152</i> |
| Методика соединительнотканного массажа по Н. Leube и Е. Dicke.....               | 152        |
| Методика рефлекторно-сегментарного массажа по О. Gläser и W. A. Dalicho.....     | 156        |
| <i>Физиологическое действие рефлекторно-сегментарного массажа.....</i>           | <i>156</i> |
| <i>Приемы рефлекторно-сегментарного массажа.....</i>                             | <i>157</i> |
| <i>Специальные приемы рефлекторно-сегментарного массажа.....</i>                 | <i>158</i> |
| <i>Методические указания к проведению рефлекторно-сегментарного массажа.....</i> | <i>161</i> |
| <i>Дозировка рефлекторно-сегментарного массажа.....</i>                          | <i>162</i> |
| Техника выполнения рефлекторно-сегментарного массажа.....                        | 163        |
| <i>Методика послыного рефлекторно-сегментарного массажа.....</i>                 | <i>163</i> |

|   |     |
|---|-----|
| Техника локального сегментарного массажа.....                                       | 167 |
| <i>Сегментарный массаж области лопаток</i> .....                                    | 167 |
| <i>Воздействие на рефлекторные изменения в области головы (лба и затылка)</i> ..... | 170 |
| <i>Рефлекторный массаж в области грудной клетки</i> .....                           | 172 |
| <i>Воздействие на рефлекторные изменения в области таза</i> .....                   | 174 |
| Побочные реакции рефлекторно-сегментарного массажа (смещение рефлексов).....        | 176 |
| Основные показания к назначению рефлекторно-сегментарного массажа ....              | 179 |
| Противопоказания к рефлекторно-сегментарному массажу .....                          | 179 |

## **ГЛАВА 5. МАССАЖ РЕФЛЕКТОРНЫХ ЗОН ВЕРХНИХ И НИЖНИХ КОНЕЧНОСТЕЙ** **180**

|   |     |
|---|-----|
| Массаж рефлексогенных зон кистей рук .....              | 180 |
| <i>Методика массажа</i> .....                           | 181 |
| <i>Дополнительные приемы</i> .....                      | 185 |
| Подотерapia .....                                       | 185 |
| <i>Ступательный массаж</i> .....                        | 186 |
| <i>Массаж рефлекторных зон</i> .....                    | 189 |
| <i>Техника массажа</i> .....                            | 190 |
| <i>Приемы массажа стоп</i> .....                        | 192 |
| <i>Показания и противопоказания к подотерapiи</i> ..... | 193 |
| <i>Топография рефлекторных зон стопы</i> .....          | 194 |

## **ГЛАВА 6. ВАКУУМНЫЙ МАССАЖ** **201**

|   |     |
|---|-----|
| Показания к назначению вакуумного массажа ..... | 205 |
|---|-----|

## **ЧАСТЬ II . РЕФЛЕКТОРНЫЕ МАССАЖИ В СИСТЕМЕ РЕАБИЛИТАЦИИ БОЛЬНЫХ С ПАТОЛОГИЕЙ РАЗЛИЧНЫХ ОРГАНОВ И СИСТЕМ** **209**

### **ГЛАВА 1. ОСНОВЫ СИСТЕМЫ МЕДИКО-СОЦИАЛЬНОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ** **211**

### **ГЛАВА 2. ЗАБОЛЕВАНИЯ ЦЕНТРАЛЬНОЙ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ** **218**

|  |     |
|--|-----|
| Центральные спастические гемипарезы .....                | 226 |
| Синдромы поражения спинного мозга.....                   | 240 |
| Острый эпидемический полиомиелит и его последствия ..... | 245 |

|                                   |     |
|-----------------------------------|-----|
| Детский церебральный паралич..... | 249 |
| Малая (ревматическая) хорея.....  | 258 |
| Эпилепсия.....                    | 260 |

### **ГЛАВА 3. ЗАБОЛЕВАНИЯ ПОЗВОНОЧНИКА И ПЕРИФЕРИЧЕСКОЙ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ**

**261**

|   |            |
|---|------------|
| Сколиоз .....   | 262        |
| Неврологические спондилогенные синдромы .....   | 264        |
| <i>Шейный остеохондроз .....</i>  | <i>270</i> |
| <i>Остеохондроз грудного отдела позвоночника .....</i>  | <i>280</i> |
| <i>Остеохондроз пояснично-крестцового отдела позвоночника.....</i>                            | <i>282</i> |
| Рефлекторно-сегментарный массаж при заболеваниях позвоночника .....                           | 291        |
| <i>Рефлекторно-сегментарный массаж при радикулоневропатии седалищного нерва (ишиасе).....</i> | <i>293</i> |
| <i>Рефлекторно-сегментарный массаж при пояснично-крестцовых болях ...</i>                     | <i>295</i> |
| Заболевания отдельных периферических нервов.....  | 296        |
| <i>Невропатия лицевого нерва.....</i>   | <i>297</i> |
| <i>Невропатия лучевого нерва .....</i>  | <i>302</i> |
| <i>Невропатия срединного нерва.....</i>   | <i>304</i> |
| <i>Невропатия локтевого нерва .....</i>   | <i>308</i> |
| <i>Невропатия наружного кожного нерва бедра.....</i>  | <i>310</i> |
| <i>Невропатия большеберцового нерва .....</i>   | <i>310</i> |
| <i>Невропатия малоберцового нерва .....</i>   | <i>311</i> |
| Полиневропатии .....  | 312        |

### **ГЛАВА 4. ГОЛОВНЫЕ БОЛИ (ЦЕФАЛГИИ)**

**318**

|   |            |
|---|------------|
| Рефлекторный массаж при различной локализации головной боли ..... | 319        |
| Рефлекторно-сегментарный массаж при синдроме головных болей ..... | 329        |
| Цефалгии при отдельных заболеваниях и синдромах .....             | 333        |
| <i>Спондилогенные синдромы.....</i>                               | <i>333</i> |
| <i>Классическая мигрень.....</i>                                  | <i>341</i> |
| <i>Невралгия тройничного нерва.....</i>                           | <i>346</i> |
| <i>Невралгия крылонебного узла (синдром Сладера) .....</i>        | <i>350</i> |
| <i>Невралгия языкоглоточного нерва.....</i>                       | <i>351</i> |
| Головные боли напряжения.....                                     | 352        |

**ГЛАВА 5. ПСИХОНЕВРОЛОГИЯ И НЕРВНО-МЫШЕЧНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ 355**

|  |     |
|--|-----|
| Невротические расстройства с общими проявлениями .....           | 356 |
| Невротические расстройства с местными проявлениями.....          | 375 |
| <i>Логоневроз</i> .....  | 376 |
| <i>Сердцебиение (тахикардия)</i> .....                           | 377 |
| <i>Писчий спазм и другие дискинезии верхней конечности</i> ..... | 379 |
| <i>Ночной энурез</i> .....                                       | 382 |
| <i>Импотенция</i> .....  | 385 |
| Сонливость.....  | 387 |
| Похмельный синдром .....   | 388 |
| Анорексия.....   | 390 |
| Спастическая кривошея .....                                      | 391 |
| Судороги мышц .....  | 395 |

**ГЛАВА 6. ЗАБОЛЕВАНИЯ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ И КРОВИ 398**

|  |     |
|--|-----|
| Артериальная гипотония.....  | 398 |
| Нейроциркуляторная дистония гипертонического типа<br>и гипертоническая болезнь I–IIA стадий.....                     | 402 |
| Анемия .....   | 408 |
| Стенокардия .....  | 409 |
| Рефлекторно-сегментарный массаж при заболеваниях сердца .....  | 412 |
| Феномен Рейно .....  | 415 |
| Отеки ног .....  | 418 |
| Рефлекторно-сегментарный массаж при заболеваниях мягких тканей,<br>костей и периферических сосудов конечностей ..... | 421 |

**ГЛАВА 7. ЗАБОЛЕВАНИЯ ОРГАНОВ ДЫХАНИЯ 425**

|  |     |
|--|-----|
| Грипп и простудные заболевания .....                 | 425 |
| Бронхиальная астма .....                             | 428 |
| Острый плеврит, хронические пневмония и бронхит..... | 433 |
| Кашель .....   | 437 |
| Одышка.....  | 439 |

|   |     |
|---|-----|
| Рефлекторно-сегментарный массаж при заболеваниях органов дыхания..... | 439 |
|---|-----|

## **ГЛАВА 8. ЗАБОЛЕВАНИЯ ОРГАНОВ ПИЩЕВАРЕНИЯ 442**

|  |            |
|--|------------|
| Слюнотечение.....  | 442        |
| Гастрит и язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки.....                                       | 443        |
| Энтероколит и гастроэнтерит.....   | 449        |
| Метеоризм .....  | 451        |
| Запор.....   | 454        |
| Понос (диарея) .....   | 457        |
| Икота .....  | 459        |
| Отрыжка и изжога.....  | 460        |
| Заболевания печени и желчного пузыря .....   | 461        |
| Хронический панкреатит.....  | 464        |
| Рефлекторно-сегментарный массаж при заболеваниях желудочно-кишечного тракта.....                         | 465        |
| <i>Рефлекторно-сегментарный массаж при заболеваниях двенадцатиперстной, тонкой и толстой кишок .....</i> | <i>468</i> |
| <i>Рефлекторно-сегментарный массаж при заболеваниях печени и желчного пузыря.....</i>                    | <i>470</i> |

## **ГЛАВА 9. ЗАБОЛЕВАНИЯ МОЧЕПОЛОВОЙ СИСТЕМЫ 472**

|   |            |
|---|------------|
| Почечнокаменная болезнь .....   | 472        |
| Расстройства мочеиспускания .....   | 474        |
| <i>Задержка мочи .....</i>  | <i>474</i> |
| <i>Недержание мочи.....</i>   | <i>475</i> |
| Хронические воспалительные процессы в урогенитальной сфере .....          | 476        |
| Поллюции .....  | 478        |
| Рефлекторно-сегментарный массаж при заболеваниях мочеполовой системы..... | 480        |

## **ГЛАВА 10. ЗАБОЛЕВАНИЯ УША, ГОРЛА, НОСА И ГЛАЗ 482**

|  |     |
|--|-----|
| Ангина, обострение хронического тонзиллита и другие болезни горла..... | 482 |
|--|-----|

|  |     |
|--|-----|
| Острый и хронический средний отит .....                  | 484 |
| Снижение слуха и шум в ухе .....                         | 485 |
| Морская болезнь, качивание, болезнь Меньера .....        | 487 |
| Насморк (ринит) .....                                    | 489 |
| Зрительные расстройства, профилактика болезней глаз..... | 491 |

## **ГЛАВА 11. ХИРУРГИЯ И ТРАВМАТОЛОГИЯ 493**

|   |     |
|---|-----|
| Геморрой.....   | 493 |
| Обморожение .....   | 494 |
| Хлыстовидная травма шеи (синдром кнута).....  | 497 |
| Боли в суставах .....   | 500 |
| Рефлекторно-сегментарный массаж при заболеваниях<br>опорно-двигательного аппарата ..... | 510 |

## **ГЛАВА 12. АКУШЕРСТВО И ГИНЕКОЛОГИЯ 515**

|   |     |
|---|-----|
| Болезненные месячные (альгодисменорея) .....  | 515 |
| Обильные месячные (меноррагия).....   | 518 |
| Кровянистые выделения вне цикла (метроррагия).....  | 519 |
| Аменорея, олигоменорея .....  | 520 |
| Зуд в области наружных половых органов.....   | 521 |
| Бесплодие.....  | 522 |
| Фригидность.....  | 524 |
| Осложнения беременности.....  | 525 |
| Ведение акта родов.....   | 529 |
| Нарушения лактации .....  | 531 |
| Рефлекторно-сегментарный массаж при заболеваниях<br>мочевыводящей системы и женских половых органов ..... | 532 |

## **ГЛАВА 13. ТОЧЕЧНЫЙ И ЛИНЕЙНЫЙ МАССАЖ В НЕОТЛОЖНОЙ ПОМОЩИ 534**

|                           |     |
|---------------------------|-----|
| Зубная боль.....          | 534 |
| Носовое кровотечение..... | 535 |

|                                       |     |
|---------------------------------------|-----|
| Обморок, болевой шок.....             | 536 |
| Тепловой и солнечный удары .....      | 537 |
| Укусы ядовитых насекомых и змей ..... | 539 |

## **ГЛАВА 14. ДЕРМАТОЛОГИЯ И КОСМЕТОЛОГИЯ** **540**

|  |     |
|--|-----|
| Зудящие дерматозы.....                   | 540 |
| Потливость.....                          | 543 |
| Выпадение волос (плешивость) .....       | 544 |
| Вульгарные угри .....                    | 546 |
| Омоложение кожи тела .....               | 546 |
| Косметика лица и шеи .....               | 547 |
| Сохранение стройности ног .....          | 552 |
| Увеличение молочных желез .....          | 554 |
| Уменьшение массы тела при ожирении ..... | 557 |

## **ГЛАВА 15. БОРЬБА С УСТАЛОСТЬЮ И ОБЩЕЙ СЛАБОСТЬЮ. ПРОФИЛАКТИКА БОЛЕЗНЕЙ** **561**

|  |            |
|--|------------|
| Синдром хронической усталости .....                          | 561        |
| Общее переутомление .....                                    | 564        |
| Повышение общей выносливости и работоспособности.....        | 568        |
| Профилактика атеросклероза и преждевременного старения ..... | 569        |
| Стимуляция умственной деятельности человека .....            | 573        |
| Китайский оздоровительный массаж .....                       | 576        |
| <i>Общеукрепляющие массажные комплексы .....</i>             | <i>576</i> |
| <i>Специализированные лечебные упражнения.....</i>           | <i>578</i> |

## **РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА** **580**

## **ТЕМАТИЧЕСКИЙ УКАЗАТЕЛЬ** **586**