

**АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЦЕНТРАЛЬНЫЙ МНОГОПРОФИЛЬНЫЙ ИНСТИТУТ»**

**УТВЕРЖДАЮ:
Ректор АНО ДПО «ЦМИ»
А.Х. Гамбиев
«15» июля 2021**



Дополнительная профессиональная программа
повышения квалификации по специальности:
«Медицинский массаж»

Актуальное в вопросах осуществления медицинского массажа

наименование программы

Москва, 2021

Пояснительная записка

Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации «**Актуальное в вопросах осуществления медицинского массажа**» является нормативно-методическим документом, регламентирующим содержание и организационно - методические формы обучения по специальности «**Медицинский массаж**» в дополнительном профессиональном образовании специалистов со средним профессиональным медицинским образованием.

Актуальность дополнительной профессиональной программы повышения квалификации обусловлена тем, что в условиях модернизации здравоохранения необходимо дальнейшее неуклонное повышение качества оказания медицинской помощи населению различных возрастных периодов.

Дополнительная профессиональная образовательная программа повышения квалификации «**Актуальное в вопросах осуществления медицинского массажа**» разработана в соответствии с требованиями:

1. Федерального закона от 29.12.2012 № **273-ФЗ** (ред. от 07.03.2018) «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Приказа Министерства образования и Науки РФ от 1 июля 2013 г. N **499** "Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам";
3. Федерального закона от 21.11.2011 г. № **323-ФЗ** (ред. от 03.07.2016) «Об основах охраны здоровья граждан Российской Федерации (с изм. и доп., вступ. в силу с 03.10.2016 г.) («Собрание законодательства Российской Федерации», 28.11.2011г., №48, ст. 6724);
4. Федерального государственного образовательного стандарта (ФГОС) по специальности среднего профессионального образования, утвержденный приказом Минобрнауки РФ №**502** от 12.05.2014 г.;
5. Приказа Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации № **541н** от 23.07.2010г. «Об утверждении единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников в сфере здравоохранения»»;
6. Приказа Минздрава РФ от 05.06.98 № **186** "О повышении квалификации специалистов со средним медицинским и фармацевтическим образованием";
7. Приказа Министерства здравоохранения и социального развития РФ № **176н** от 16.04.2008 «О номенклатуре специальностей специалистов со средним медицинским и фармацевтическим образованием в сфере здравоохранения Российской Федерации»;

8. Приказа Министерства здравоохранения и социального развития РФ от 30 марта 2010 г. **№ 199н** "О внесении изменений в Номенклатуру специальностей специалистов со средним медицинским и фармацевтическим образованием в сфере здравоохранения Российской Федерации, утвержденную приказом Министерства здравоохранения и социального развития России от 16 апреля 2008 г. № 176н";

9. Приказа Министерства здравоохранения Российской Федерации от 10.02.2016 **№ 83н** «Об утверждении Квалификационных требований к медицинским и фармацевтическим работникам со средним медицинским и фармацевтическим образованием» (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 09.03.2016, регистрационный №41337);

10. Приказа Министерства здравоохранения и социального развития РФ от 24.12.2010 **№ 1183 н** «Об утверждении Порядка оказания медицинской помощи взрослому населению Российской Федерации при заболеваниях терапевтического профиля»;

11. Постановления правительства РФ «Об утверждении правил оказания платных образовательных услуг» от 15 августа 2013 г. **№706**;

12. Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 34.02.02 «Медицинский массаж»(утв. Приказом Министерства образования и науки РФ от 12 мая 2014 г. **№ 503**);

13. Профессиональный стандарт «Специалист по медицинскому массажу», утвержденный Министерством труда и социальной защиты РФ, от 26.11.2018 г. **№ 774н**.

1. Цель реализации программы

Цель дополнительной программы повышения квалификации специалистов со средним медицинским образованием по специальности «**Медицинский массаж**» на тему: «**Актуальное в вопросах осуществления медицинского массажа**» заключается в совершенствовании и повышении профессионального уровня в рамках имеющейся квалификации, получение систематизированных теоретических знаний, умений, необходимых в профессиональной деятельности.

2. Планируемые результаты обучения

Результаты освоения программы должны соответствовать ранее полученным знаниям, а также направлены на совершенствование профессиональных компетенций, необходимых для выполнения нового вида профессиональной деятельности или совершенствования уже имеющихся знаний в вопросах осуществления медицинского массажа.

В результате освоения программы повышения квалификации слушатель должен усовершенствовать следующие знания, умения и навыки необходимые для качественного выполнения профессиональной деятельности.

Слушатель должен знать:

- профессиональное назначение, функциональные обязанности, права и ответственность специалиста;
- основы законодательства и права в здравоохранении;
- организацию работы массажного кабинета;
- этику массажиста;
- психологию профессионального общения;
- основные причины, клинические проявления, методы диагностики, осложнения, принципы профилактики заболеваний и травм;
- виды, формы и методы реабилитации, организацию и проведение мероприятий по реабилитации пациентов;
- организацию делопроизводства и учетно-отчетной деятельности массажного кабинета;
- охрану труда и технику безопасности в массажном кабинете;
- основы медицины катастроф.

Слушатель должен владеть следующими умениями:

- анализировать сложившуюся ситуацию и принимать решения в пределах своей профессиональной компетенции и полномочий;
- владеть коммуникативными навыками общения;

- выполнять оздоровительные, санитарно-гигиенические, санитарнопросветительные мероприятия в соответствии со своей профессиональной компетенцией и полномочиями;
- осуществлять и документировать основные этапы оказания массажного процесса при проведении процедур;
- оценить состояние и выделить ведущие синдромы и симптомы у клиентов, выполнять основные виды физиотерапевтических процедур, владеть приемами массажа, контролировать выполнение рекомендаций по трудотерапии, использовать элементы психотерапии;
- оценивать эффективность проводимых мероприятий;
- соблюдать правила техники безопасности и охраны труда;
- повышать профессиональный уровень знаний, умений и навыков.

В результате освоения дополнительной программы повышения квалификации у слушателя совершенствуются следующие компетенции и трудовые функции:

Универсальные компетенции:

УК.1. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях, нести за них ответственность;

УК.2. Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями;

Общепрофессиональные компетенции:

ОПК.1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес;

ОПК.2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество;

ОПК.3. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность;

ОПК.4. Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития;

ОПК.5. Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности;

ОПК.6. Организовывать рабочее место с соблюдением требований охраны труда, производственной санитарии, инфекционной и противопожарной безопасности;

ОПК.7. Вести здоровый образ жизни, заниматься физической культурой и спортом для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей, реализации индивидуальной программы реабилитации;

Профессиональные компетенции (ПК):

ПК 1.1. Выполнять классический гигиенический массаж и массаж отдельных анатомических областей в целях укрепления и сохранения здоровья и профилактики заболеваний.

ПК 1.2. Выполнять лечебный классический массаж по показаниям при определенной патологии.

ПК 1.3. Выполнять спортивный массаж.

ПК 2.1. Выполнять сегментарный массаж по показаниям при определенной патологии.

ПК 2.2. Выполнять соединительно-тканый массаж по показаниям при определенной патологии.

ПК 2.3. Выполнять точечный и традиционный китайский массаж по показаниям.

ПК 3.1. Выполнять массаж в педиатрической практике для укрепления здоровья и гармоничного развития детей.

ПК 3.2. Выполнять массаж в педиатрической практике для реабилитации и лечения различной патологии.

ПК 4.1. Проводить лечебную физическую культуру по показаниям при определенной патологии.

ПК 4.2. Проводить лечебную физическую культуру в целях укрепления и сохранения здоровья и профилактики заболеваний.

Трудовые функции:

А/01.5. Проведение обследования пациента с целью определения методики проведения медицинского массажа;

А/02.5. Выполнение медицинского массажа с учетом индивидуальных особенностей и возраста пациента и контроль его эффективности;

А/03.5. Ведение медицинской документации;

А/04.5. Оказание медицинской помощи в экстренной форме.

3. Содержание программы

3.1. Учебный план

дополнительной профессиональной программы повышения квалификации

«Актуальное в вопросах осуществления медицинского массажа»

Цель: совершенствование общих и профессиональных компетенций специалистов со средним медицинским образованием по профилю работы

Категория слушателей: специалисты со средним профессиональным образованием, имеющие сертификат или свидетельство об аккредитации (диплом о профессиональной переподготовке) по специальности «**Медицинский массаж**»

Срок обучения: 72 часа

Форма обучения: заочная, с применением электронного обучения дистанционных образовательных технологий

№ п/п	Наименование разделов (модулей)	Всего часов	В том числе		Форма контроля
			Лекции	Практика/семинар	
1.	Актуальные вопросы организации здравоохранения в РФ	6	6	-	-
2.	Проведение обследования пациента с целью определения методики проведения медицинского массажа	18	18	-	-
3.	Выполнение медицинского массажа с учетом индивидуальных особенностей и возраста пациента и контроль его эффективности	36	36	-	-
4.	Оказание медицинской помощи в экстренной форме	10	10	-	-
5.	Итоговая аттестация	2		-	Тестовый контроль
ИТОГО		72	70	-	4

3.2. Учебно-тематический план

дополнительной профессиональной программы повышения квалификации
«Актуальное в вопросах осуществления медицинского массажа»

№ п/п	Наименование разделов (модулей) и тем	Всего, час.	В том числе	
			Лекции	Практические и лабораторные занятия
1	2	3	4	5
1.	Актуальные вопросы организации здравоохранения в РФ	6	6	-
1.1.	Психология общения. Культура профессиональной коммуникации медицинского работника.	2	2	-
1.2.	Правовое обеспечение профессиональной деятельности «Специалиста по медицинскому массажу»	2	2	-
1.3.	Инфекционная безопасность и инфекционный контроль	2	2	-
2.	Проведение обследования пациента с целью определения методики проведения медицинского массажа	18	18	-
2.1.	Основы анатомии, физиологии и биомеханики человека	4	4	-
2.2.	Методики физикального исследования (сбор анамнеза, жалоб у пациентов, методы оценки общего объективного и субъективного состояния)	2	2	-
2.3.	Медицинские показания и медицинские противопоказания к медицинскому массажу	4	4	-
2.4.	Правила построения процедуры и курса медицинского массажа	4	4	-
2.5.	Приемы медицинского массажа, их физиологическое действие на пациента	4	4	-
3.	Выполнение медицинского массажа с	36	36	-

	учетом индивидуальных особенностей и возраста пациента и контроль его эффективности			
3.1.	Подготовка рабочего места и организация пространства к приему пациента	6	6	-
3.2.	Виды медицинского массажа	6	6	-
3.3.	Общая методика и техника классического массажа	6	6	-
3.4.	Частные методики медицинского массажа	6	6	-
3.5.	Оценка эффективности проведенного медицинского массажа	6	6	-
3.6.	Техника безопасности на рабочем месте	6	6	-
4.	Оказание медицинской помощи в экстренной форме	10	10	-
4.1.	Современные принципы медицинского обеспечения населения при чрезвычайных ситуациях и катастрофах.	2	2	-
4.2.	Основы сердечно - легочной реанимации.	4	4	-
4.3.	Первая помощь и особенности проведения реанимационных мероприятий при экстремальных воздействиях.	4	4	-
5.	Итоговая аттестация	2		Тестовый контроль
ИТОГО		72	70	

3.3. Календарный учебный график

дополнительной профессиональной программы повышения квалификации

«Актуальное в вопросах осуществления медицинского массажа»

№ п/п	Наименование модулей и тем	Кол-во часов	Календарный период (дни цикла)
1	2	3	4
1.	Актуальные вопросы организации здравоохранения в РФ	6	1 день цикла
1.1.	Психология общения. Культура профессиональной коммуникации медицинского работника.	2	
1.2.	Правовое обеспечение профессиональной деятельности «Специалиста по медицинскому массажу»	2	
1.3.	Инфекционная безопасность и инфекционный контроль	2	
2.	Проведение обследования пациента с целью определения методики проведения медицинского массажа	18	со 2 по 4 день цикла
2.1.	Основы анатомии, физиологии и биомеханики человека	4	
2.2.	Методики физикального исследования (сбор анамнеза, жалоб у пациентов, методы оценки общего объективного и субъективного состояния)	2	
2.3.	Медицинские показания и медицинские противопоказания к медицинскому массажу	4	
2.4.	Правила построения процедуры и курса медицинского массажа	4	
2.5.	Приемы медицинского массажа, их физиологическое действие на пациента	4	
3.	Выполнение медицинского массажа с учетом индивидуальных особенностей и возраста пациента и контроль его эффективности	36	с 5 по 10 день цикла
3.1.	Подготовка рабочего места и организация пространства к приему пациента	6	
3.2.	Виды медицинского массажа	6	
3.3.	Общая методика и техника классического массажа	6	

3.4.	Частные методики медицинского массажа	6	
3.5.	Оценка эффективности проведенного медицинского массажа	6	
3.6.	Техника безопасности на рабочем месте	6	
4.	Оказание медицинской помощи в экстренной форме	10	с 11 по 12 день цикла
4.1.	Современные принципы медицинского обеспечения населения при чрезвычайных ситуациях и катастрофах.	2	
4.2.	Основы сердечно - легочной реанимации.	4	
4.3.	Первая помощь и особенности проведения реанимационных мероприятий при экстремальных воздействиях.	4	
5.	Итоговая аттестация	2	12 день цикла
ИТОГО		72	12

3.4. Программы учебных модулей:

Модуль 1. Актуальные вопросы организации здравоохранения в РФ.

Тема 1.1. Психология общения. Культура профессиональной коммуникации медицинского работника. Психологические аспекты профессиональной деятельности среднего медперсонала. Этапы профессионального становления. Профессионально-важные качества медицинского работника. Психология общения. Культура профессиональной коммуникации медицинского работника. Решение конфликтных ситуаций в профессиональной деятельности специалистов. Медицинская этика и деонтология.

Тема 1.2. Правовое обеспечение профессиональной деятельности «Специалиста по медицинскому массажу». Медицинское право в системе Российского права. Права и ответственность медицинских работников.

Тема 1.3. Инфекционная безопасность и инфекционный контроль. Понятие об инфекционном контроле. Виды и методы дезинфекции. Этапы предстерилизационной очистки. Методы стерилизации (воздушный, паровой, химический и др.). Современные индикаторы стерилизации. Методы контроля качества предстерилизационной обработки инструментария. Проведение предстерилизационной очистки. Осуществление контроля качества предстерилизационной очистки. Осуществление контроля стерильности по индикаторам.

Модуль 2. Проведение обследования пациента с целью определения методики проведения медицинского массажа.

Тема 2.1. Основы анатомии, физиологии и биомеханики человека. Основы анатомии, физиологии и биомеханики человека.

Тема 2.2. Методики физикального исследования (сбор анамнеза, жалоб у пациентов, методы оценки общего объективного и субъективного состояния). Методики физикального исследования (сбор анамнеза, жалоб у пациентов, методы оценки общего объективного и субъективного состояния).

Тема 2.3. Медицинские показания и медицинские противопоказания к медицинскому массажу. Медицинские показания и медицинские противопоказания к медицинскому массажу.

Тема 2.4. Правила построения процедуры и курса медицинского массажа. Правила построения процедуры и курса медицинского массажа.

Тема 2.5. Приемы медицинского массажа, их физиологическое действие на пациента. Приемы медицинского массажа, их физиологическое действие на пациента.

Модуль 3. Выполнение медицинского массажа с учетом индивидуальных особенностей и возраста пациента и контроль его эффективности.

Тема 3.1. Подготовка рабочего места и организация пространства к приему пациента. Подготовка рабочего места и организация пространства к приему пациента.

Тема 3.2. Виды медицинского массажа. Виды медицинского массажа.

Тема 3.3. Общая методика и техника классического массажа. Общая методика и техника классического массажа.

Тема 3.4. Частные методики медицинского массажа. Частные методики медицинского массажа.

Тема 3.5. Оценка эффективности проведенного медицинского массажа. Оценка эффективности проведенного медицинского массажа.

Тема 3.6. Техника безопасности на рабочем месте. Техника безопасности на рабочем месте.

Модуль 4. Оказание медицинской помощи в экстренной форме.

Тема 4.1. Современные принципы медицинского обеспечения населения при чрезвычайных ситуациях и катастрофах. Медико-тактические характеристики чрезвычайных ситуаций (ЧС) мирного и военного времени. Принципы защиты населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера. Понятие о службе медицины катастроф: ее задачи и структура на федеральном, региональном и территориальном уровне. Основные принципы организации медицинского обеспечения населения при ЧС. Этапы медицинского обеспечения. Обязанности медицинских работников при чрезвычайных ситуациях в зависимости от фазы развития ЧС. Виды медицинской сортировки, характеристика сортировочных групп.

Тема 4.2. Основы сердечно-легочной реанимации. Виды терминальных состояний. Показания и противопоказания к проведению реанимации. Алгоритм проведения базовой сердечно-легочной реанимации. Критерии эффективности реанимации и её продолжительность.

Тема 4.3. Первая помощь и особенности проведения реанимационных мероприятий при экстремальных воздействиях. Клиника и оказание неотложной помощи при тепловом ударе и общем охлаждении. Клиника при различных степенях и неотложную помощь в случае отморожений и ожогах. Методы подсчета площади ожоговой поверхности и индекса тяжести поражения. Клиника и оказание неотложной помощи при электротравме, утоплении, асфиксии.

4. Материально–технические условия реализации программы (ДПО и ЭО)

Обучение проводится с применением системы дистанционного обучения, которая предоставляет неограниченный доступ к электронной информационно – образовательной среде, электронной библиотеке образовательного учреждения из любой точки, в которой имеется доступ к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет».

Электронная информационно–образовательная среда обеспечивает:

- доступ к учебным программам, модулям, издания электронных библиотечных систем и электронным образовательным ресурсам;
- фиксацию хода образовательного процесса, результатов промежуточной аттестации и результатов освоения дополнительной профессиональной программы;
- проведение всех видов занятий, процедур оценки результатов обучения, дистанционных образовательных технологий;
- формирование электронного портфолио обучающегося, в том числе сохранение работ обучающегося, рецензий и оценок на эти работы со стороны любых участников образовательного процесса;
- взаимодействие между участниками образовательного процесса, посредством сети «Интернет»;
- идентификация личности при подтверждении результатов обучения осуществляется с помощью программы дистанционного образования института, которая предусматривает регистрацию обучающегося, а так же персонифицированный учет данных об итоговой аттестации.

5. Организационно-педагогические условия реализации программы

Реализация настоящей дополнительной профессиональной программы повышения квалификации обеспечивается высококвалифицированными педагогическими и научно-педагогическими кадрами, имеющими достаточный опыт работы в области профессиональной деятельности, соответствующей направленности образовательной программы, состоящими в штате АНО ДПО «Центральный многопрофильный институт».

Учебный процесс осуществляется в системе дистанционного обучения АНО ДПО «Центральный многопрофильный институт», доступ к которой возможен с любого персонального компьютера, независимо от места нахождения слушателя. В СДО размещаются учебно-методические материалы, электронные образовательные ресурсы (лекционный материал (текстовый формат), ссылки на основную и дополнительную литературу, тесты для самопроверки. Все слушатели имеют возможность использования ресурсов электронной библиотеки института.

6. Учебно – методическое обеспечение программы

1. Васичкин, по массажу: для средних мед, работников / – Ленинград: Медицина, 1990. – 192 с.
2. Вводный курс основ классического массажа : учеб.-метод. пособие для начинающих массажистов / под ред. . – Москва: ВУНМЦ, 1999. – 74 с.
3. Медицинский массаж. Базовый курс: классическая техника массажа [Электронный ресурс]: учеб. пособие / М.А. Ерёмушкин - М.:ГЭОТАР-Медиа, 2014. - <http://www.medcollegelib.ru/book/ISBN9785970430415.html>
4. Лечебная физическая культура и массаж [Электронный ресурс]: учебник / В. А. Елифанов. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2016. - <http://www.medcollegelib.ru/book/ISBN9785970437575.html>.
5. Акушерско-гинекологический массаж [Электронный ресурс] / Шнейдерман М. Г. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2014. - <http://www.medcollegelib.ru/book/ISBN9785970430026.html>
6. Классический массаж [Электронный ресурс]: учебник / под ред. М. -А. Ерёмушкина. - М.:ГЭОТАР-Медиа, 2016. - <http://www.medcollegelib.ru/book/ISBN9785970439470.html>

7. Оценка качества освоения программы

Оценка качества освоения дополнительной профессиональной программы повышения квалификации слушателями включает промежуточную аттестацию в форме самостоятельной работы, тестов. Освоение программы завершается итоговой аттестацией по дополнительной профессиональной программе повышения квалификации посредством проведения экзамена и выявляет теоретическую подготовку слушателя в соответствии с целями и содержанием программы.

Слушатель считается аттестованным, если имеет положительные оценки (3,4 или 5) по всем разделам программы, выносимым на экзамен.

8. Форма итоговой аттестации

По итогам освоения образовательной программы проводится итоговая аттестация в форме итогового тестирования.

Итоговая аттестация проводится в форме автоматизированного теста. Тест состоит из заданий с кратким ответом: задания на выбор и запись правильных ответов из предложенного перечня ответов, за выполнение автоматизированного теста количество правильных ответов в процентах от 100%. По результатам зачетной работы формируется заключение о профессиональных компетенциях слушателя.

Критерии оценивания

Оценка «отлично» выставляется слушателю в случае 90-100% правильных ответов теста.

Оценка «хорошо» выставляется слушателю в случае, 80-89% правильных ответов теста.

Оценка «удовлетворительно» выставляется слушателю в случае 65-79% правильных ответов теста.

9. Оценочные материалы

Комплект оценочных средств состоит из оценочных средств для итоговой аттестации по профессиональным модулям. Оценочными материалами являются автоматизированные тесты. Тесты состоят из заданий с кратким ответом: задания на выбор и запись правильных ответов из предложенного перечня ответов.

Примерные тестовые вопросы для итогового тестирования по ДПП ПК

«Актуальное в вопросах осуществления медицинского массажа»

Выбрать один правильный ответ.

1. Медицинская психология изучает:

- а) место и роль психических процессов в возникновении и течении болезней
- б) роли медицинских работников в лечении больных
- в) психологию общения медицинских работников и пациентов
- г) все ответы верные

2. Эмпатия – это:

- а) полная схожесть убеждений, мнений, эмоционального состояния партнеров щели гортани
- б) умение манипулировать людьми в своих целях
- в) способность внушать окружающим свои мысли
- г) умение распознавать эмоции окружающих, откликаться на них

3. Способ предупреждения конфликтов в профессиональной деятельности медсестры:

- а) консенсус
- б) обсуждение в коллективе
- в) полемика
- г) все ответы верные

4. К ятрогенным относятся заболевания:

- а) обусловленные вредными факторами производства
- б) обусловленные неосторожными действиями или высказываниями медицинских работников
- в) с неблагоприятным прогнозом

г) наследственного генеза

5. Абсолютное противопоказание к проведению массажа:

а) головная боль

б) гемофилия

в) острые воспалительные процессы

г) гипертонический криз

6. К поверхностным мышцам шеи относится:

а) длинная мышца головы

б) длинная мышца шеи

в) грудино-ключично-сосцевидная мышца

г) передняя лестничная мышца

8. Позвоночная артерия проходит в поперечных отростках:

а) грудного отдела позвоночника

б) всего позвоночника

в) шейного отдела позвоночника

г) поясничного отдела позвоночника

9. Влияние массажа на лимфатическую систему:

а) противовоспалительное действие

б) ускорение движения лимфы, улучшение лимфооттока

в) предупреждение застойных явлений при заболеваниях сердечно-сосудистой системы

г) все ответы верные

10. Влияние массажа на кожу:

а) удаление отживших клеток, улучшение кожного дыхания

б) усиление выделения продуктов распада

в) повышение тонуса кожи

г) спазм кожных сосудов

11. Кратковременные, прерывистые, интенсивные приемы массажа оказывают на центральную нервную систему действие:

а) возбуждающее

б) седативное

в) гармонизирующее

г) смешанное

12. К приемам классического массажа относятся:

а) растирание, разминание

б) поглаживание

- в) вибрация
- г) натяжение

13. Основное действие приема поглаживания:

- а) возбуждающее
- б) расслабляющее
- в) гармонизирующее
- г) согревающее

14. Растирание может оказывать действие:

- а) обезболивающее
- б) расслабляющее
- в) гармонизирующее
- г) согревающее

15. К приемам разминания относятся:

- а) сдвигание
- б) валяние
- в) надавливание
- г) все перечисленные.