



Нужно ли делать массаж здоровому младенцу, если нет специальных показаний невропатолога, хирурга, или других специалистов?

Этот вопрос волнует очень многих родителей. Ведь массаж сейчас очень популярен, и если послушать разговоры молодых мамочек, его делают практически всем детками первого года жизни. Правильно ли это? В этой статье я попробую разобраться в этом вопросе. Хочу обратить внимание, что речь здесь пойдет, о массаже **для здорового ребёнка первого года жизни.**

У нас в стране, очень долгое время массаж деткам первого года жизни назначали исключительно по показаниям (кривошея, косоплапие, проблемы неврологического плана и т.д.). Объясняется это довольно просто и банально – поликлиника просто не могла предоставить каждому грудничку необходимые в первый год 3 -4 курса общеукрепляющего массажа, так как в штате было 2-3 массажиста, а малыше, порой более 200. С появлением частных клиник, и специалистов, практикующих частным образом - заметно увеличился и интерес к грудничковому массажу. Его неоспоримая польза настолько очевидна, что не заметить её просто невозможно.

Массаж помогает ребенку адаптироваться к жизни в новой для него внешней среде и оказывает положительное воздействие на все системы и органы ребенка. В некоторые периоды развития, даже здоровым малышам, нужно помочь освоить новые для них умения и навыки, а также расширить уже имеющиеся возможности. Именно массаж поможет им в этом нелегком деле. Если нет возможности ходить к специалисту, то оздоровительный массаж с элементами гимнастики, малышу могут делать сами родители. В среднем, на эту процедуру нужно тратить 30 -35 минут в день.

В каком же возрасте, и для каких целей делается массаж здоровым деткам первого года жизни?

Если малыш относительно здоров, то массаж и гимнастика способствуют его дальнейшему нормальному физическому и психическому, помогают сделать его организм более устойчивым к воздействию внешних факторов.

Учитывая физиологические и психологические особенности грудничков, относительно здоровому ребенку необходимо выполнять массаж в следующие периоды: 2,5 - 4 месяца, 6 - 8 месяцев, и в 9-10 месяцев. Т.е. за первый год достаточно трех – четырех курсов массажа.

1. В 2,5 – 4 месяца массаж помогает избавиться от остаточных явлений общей скованности, которое наблюдается с рождения и помогает освоить повороты со спины на живот, развивает хватательные движения.

2. В 6 – 8 месяцев массаж помогает освоить такие умения как сидение, повороты с живота на спину, ползание.

Чтобы помочь крохе правильно освоить навыки ползания, необходимо провести курс массажа с гимнастикой и одновременно выполнять упражнения на развитие ползания. Детский массаж и гимнастика сбалансируют тонус мышц, дадут им силу и выносливость.

Упражнения на развитие ползания координируют работу мышц рук и ног, изменяя представление ребенка о передвижении на четвереньках.

Для того чтобы ребенок стал правильно ползать, обычно требуется 12-15 процедур массажа и гимнастики плюс выполнение упражнений на ползание.

3. Для того чтобы ребенок правильно научился ходить, в 9- 10 месяцев массаж проводят для подготовки к предстоящей вертикальной нагрузке. Малышу нужны достаточно сильные мышцы, чтобы выдерживать вертикальную нагрузку, достаточная координация движений, чтобы не терять равновесие. Комплекс укрепляющего детского массажа и гимнастики способны помочь мышцам стать сильными и выносливыми, а упражнения на координацию и практическая ходьба с поддержкой позволят ребенку стать уверенней и освоить правильную самостоятельную ходьбу.

Кроме того, массаж - это прекрасное средство закаливания.

Если малыш здоров, он вполне обойдется легким курсом массажа, и при этом будет развиваться в соответствии со всеми возрастными нормами. В этой ситуации массаж - это залогом того, что ребенок и в дальнейшем будет развиваться правильно.

Некоторые родители, рассчитывают на курс массажа, как на панацею для слишком активного ребёнка. Делать этого не следует. Если малыш очень активен в силу природного темперамента – массаж никак не повлияет на его активность. Если же в основе поведения ребенка нарушения функционирования нервной системы, то массаж такому малышу просто необходим. Специалист назначит ему массаж, по специальным расслабляющим методикам, которые разработаны именно для таких случаев.

И ещё. Родители должны знать, что массаж, даже не лечебный, а просто оздоровительный, позволяет предотвратить заболевание ещё до его развития в заметное отклонение.

Напоследок, несколько слов о противопоказаниях к массажу.

Противопоказанием, к детскому массажу являются:

- рахит, в период разгара и при остром течении болезни;
- острые артриты туберкулез костей и суставов;
- острые лихорадочные заболевания;
- тяжелые формы гипотрофии (атрофия);
- острые нефриты;
- острые гепатиты;
- активные формы туберкулеза;
- заболевания, сопровождающиеся ломкостью и болезненностью костей;
- гнойные и другие острые воспалительные поражения кожи, подкожной клетчатки, лимфатических узлов, мышц, костей;
- врожденные пороки сердца, которые протекают с выраженным цианозом и расстройством компенсации;
- большие пупочные, бедренные, паховые и мошоночные грыжи, со значительным выпадением органов брюшной полости, или же при выраженной склонности к ущемлению;
- различные формы геморрагического диатеза, особенно гемофилия.

{jcomments on}