

## MASAŻE



**MASAŻ TERAPEUTYCZNY** to technika manipulacji tkanek miękkich, która ma na celu poprawę zdrowia i dobrostanu pacjenta. Jest wykonywany przez wykwalifikowanego masażystę lub terapeutę zajmującego się masażem terapeutycznym. Masaż terapeutyczny może być stosowany w leczeniu różnych schorzeń, takich jak bóle mięśniowe, napięcie nerwowe, urazy sportowe czy przewlekłe problemy zdrowotne. Techniki użyte podczas masażu mają na celu złagodzenie bólu, rozluźnienie napięcia mięśniowego, poprawa krążenia krwi i limfy oraz zwiększenie zakresu ruchu. Podczas sesji masażysta może stosować różne techniki i manipulacje, takie jak głaskanie, ugniatanie, uciskanie czy wibracje. Może także używać olejków eterycznych lub kremów do masażu w celu zwiększenia efektów terapeutycznych. Masaż terapeutyczny jest indywidualnie dostosowywany do potrzeb każdego pacjenta. Przed przystąpieniem do zabiegu zazwyczaj przeprowadza się rozmowę z pacjentem w celu określenia problemów zdrowotnych oraz ustalenia oczekiwań dotyczących sesji. Przed rozpoczęciem sesji warto skonsultować się z lekarzem lub fizjoterapeutą w celu oceny stanu zdrowia i dowiedzenia się czy masaże terapeutyczne są odpowiednie dla danej osoby.

### MASAŻ LIMFATYCZNY BOA

Masaż limfatyczny BOA, znany również jako sekwencyjny masaż limfatyczny lub drenaż limfatyczny BOA, to zaawansowana technika masażu mechanicznego, która ma na celu stymulację układu limfatycznego i poprawę krążenia limfy w organizmie. Masaż ten jest przeprowadzany przy użyciu specjalnego urządzenia zwanego BOA (Body Optimizer Apparatus), które wykorzystuje sekwencyjne pompowanie powietrza w specjalnie zaprojektowanych mankietach zakładanych na kończyny.

Masaż BOA wykonywany jest przy użyciu urządzenia, które kontroluje ciśnienie powietrza w mankietach, tworząc efekt sekwencyjnego pompowania i dekompresji. Urządzenie działa w sposób sekwencyjny, co oznacza, że powietrze jest stopniowo pompowane do poszczególnych komór mankietów, zaczynając od kończyn dolnych i przesuując się w kierunku serca. Parametry masażu, takie jak ciśnienie, czas trwania i sekwencje pompowania, mogą być dostosowane do indywidualnych potrzeb pacjenta. Masaż limfatyczny BOA pomaga w przepływie limfy przez układ limfatyczny, co może przyczynić się do zmniejszenia obrzęków, poprawy detoksykacji organizmu i wsparcia układu immunologicznego. Zabieg jest skuteczny w redukcji obrzęków kończyn, które mogą wynikać z niewydolności limfatycznej, pooperacyjnych obrzęków, czy obrzęków pourazowych. Poprzez stymulację układu limfatycznego, masaż BOA pomaga w usuwaniu toksyn i zbędnych produktów przemiany materii z organizmu. Masaż może przynieść uczucie relaksu, zmniejszyć napięcie mięśniowe i poprawić ogólne samopoczucie. Dzięki poprawie krążenia i redukcji zatrzymywania płynów, masaż limfatyczny BOA może być pomocny w leczeniu cellulitu i poprawie wyglądu skóry.

#### Przeciwwskazania do masażu limfatycznego BOA:

- Aktywne infekcje: w przypadku aktywnych infekcji skóry lub infekcji ogólnoustrojowych masaż limfatyczny może być przeciwwskazany.
- Zakrzepica: pacjenci z zakrzepicą żył głębokich powinni unikać masażu limfatycznego z powodu ryzyka oderwania się zakrzepu.
- Nowotwory: w przypadku nowotworów masaż limfatyczny może być przeciwwskazany, szczególnie w przypadku nowotworów limfatycznych.
- Choroby serca: pacjenci z ciężkimi chorobami serca powinni skonsultować się z lekarzem przed podjęciem masażu limfatycznego.
- Niewydolność nerek: masaż limfatyczny może zwiększyć obciążenie nerek, dlatego pacjenci z niewydolnością nerek powinni unikać tego typu zabiegów.

Przed rozpoczęciem masażu przeprowadza się konsultację, aby ocenić stan zdrowia pacjenta i dostosować parametry zabiegu. Pacjent ubiera specjalne mankiety na kończyny, które są podłączone do urządzenia BOA. Urządzenie rozpoczyna sekwencyjne pompowanie powietrza do mankietów, co powoduje rytmiczne uciskanie i rozluźnianie kończyn. W trakcie zabiegu monitoruje się reakcję pacjenta i w razie potrzeby dostosowuje parametry masażu. Po zakończeniu masażu mankiety są zdejmowane, a pacjent może od razu wrócić do codziennych aktywności.

*Masaż limfatyczny BOA jest bezpiecznym i skutecznym sposobem na poprawę funkcjonowania układu limfatycznego, redukcję obrzęków i detoksykację organizmu. Dzięki indywidualnemu dostosowaniu parametrów zabiegu, może być stosowany u szerokiej grupy pacjentów z różnorodnymi potrzebami terapeutycznymi.*

### MASAŻ SUCHY KRĘGOSŁUPA LUB KOŃCZYN

**Masaż leczniczy** bardzo mocno bazuje na technikach masażu klasycznego, jednak nim nie jest. Jest to masaż zdrowotny, który ma za zadanie zwiększyć dopływ krwi do opracowywanej okolicy ciała, a zatem przyspieszyć jej przebieg leczenia. Szczególną uwagę przykładamy tu do opracowania okolic sąsiadujących z okolicą bolesną, przeciążoną, a następnie na tak przygotowanym podłożu wprowadzamy techniki uwalniające napięcie z okolicy objętej dysfunkcją.

Taki masaż medyczny/ leczniczy może dotyczyć każdej części ciała objętej dysfunkcją. Masaż leczniczy to świetne uzupełnienie prowadzonej terapii np. w przebiegu dyskopatii, lub jako profilaktyka przeciążeń stawów kręgosłupa np. u osób pracujących wiele godzin w pozycjach wymuszonych czy pozycji siedzącej. Najczęściej masaż leczniczy dotyczy bólów kręgosłupa i obejmuje całe plecy. Bóle kręgosłupa najczęściej spowodowane są występującą u pacjenta dyskopatią lub dysfunkcją samego stawu. Problemy te powodują bóle pleców poprzez drażnioną tkankę nerwową i/lub nieprawidłowe napięcie tkanek wokół stawu. Masaż leczniczy, skupiając się na tych właśnie objawach potrafi przerwać koło bólowo-napięciowe, uwalniając pacjenta z objawów. Należy jednak pamiętać, że masaż nie leczy przyczyny problemu, jeśli jest nim np. dyskopatia i w takim wypadku jest on znakomitym uzupełnieniem terapii kręgosłupa, np. terapii manualnej czy McKenzie likwidujących przyczynę mechaniczną problemu.

#### **AV (AQUAWIBRON)**

AV (Aquawibron) to rodzaj hydroterapii wykorzystującej wibracje w wodzie do masażu ciała. Jest to urządzenie stosowane w fizjoterapii i rehabilitacji, które łączy zalety masażu wibracyjnego i wodnego. Aquawibron działa poprzez wytwarzanie fal wibracyjnych w wodzie, które przenoszą się na ciało pacjenta, zapewniając głęboki, relaksujący masaż. Urządzenie generuje fale wibracyjne w wodzie, które przenoszą się na ciało pacjenta, zapewniając efekt głębokiego masażu. Parametry zabiegu, takie jak częstotliwość wibracji i ciśnienie wody, mogą być dostosowywane do indywidualnych potrzeb pacjenta. Aquawibron może być wyposażony w różne aplikatory, które umożliwiają masowanie różnych części ciała. Wibracje wodne pomagają w rozluźnieniu mięśni, redukując napięcie i sztywność mięśniową. Masaż wibracyjny w wodzie wspomaga krążenie krwi, co może przyczynić się do lepszego dotlenienia tkanek i usunięcia toksyn. Aquawibron może być skuteczny w łagodzeniu bólu mięśniowego i stawowego, a także w redukcji obrzęków. Masaż wodny z wibracjami jest często stosowany w rehabilitacji po urazach i operacjach, pomagając w szybszym powrocie do pełnej sprawności. Zabiegi mogą przyczynić się do poprawy elastyczności i kondycji skóry, co może być korzystne w terapii cellulitu.

#### **Przeciwwskazania do stosowania Aquawibronu:**

- Choroby skóry: aktywne infekcje skóry lub otwarte rany mogą być przeciwwskazaniem do stosowania masażu wodnego.
- Zakrzepica: osoby z zakrzepicą żył głębokich powinny unikać masażu wibracyjnego w wodzie.
- Nowotwory: pacjenci z nowotworami, zwłaszcza limfatycznymi, powinni skonsultować się z lekarzem przed rozpoczęciem terapii.
- Ciężkie choroby serca: masaż wodny z wibracjami może nie być odpowiedni dla osób z ciężkimi chorobami serca.
- Niewydolność nerek: zabiegi hydroterapii mogą obciążać nerki, dlatego osoby z niewydolnością nerek powinny skonsultować się z lekarzem.

Przed rozpoczęciem zabiegu przeprowadzana jest konsultacja w celu oceny stanu zdrowia pacjenta i dostosowania parametrów zabiegu. Pacjent zajmuje miejsce w specjalnej wannie lub na leżance, a terapeuta przygotowuje aplikatory Aquawibronu. Urządzenie generuje wibracje wodne, które przenoszą się na ciało pacjenta. Terapeuta może przesuwać aplikator po różnych częściach ciała, dostosowując intensywność masażu.

W trakcie zabiegu monitoruje się reakcję pacjenta i w razie potrzeby dostosowuje parametry masażu. Po zakończeniu masażu pacjent odpoczywa, a terapeuta ocenia efekty zabiegu.

*Aquawibron jest skutecznym narzędziem w terapii i rehabilitacji, oferując wiele korzyści zdrowotnych związanych z masażem wibracyjnym i wodnym. Dzięki indywidualnemu dostosowaniu parametrów zabiegu, może być stosowany u pacjentów z różnorodnymi potrzebami terapeutycznymi.*