

# Manipulatív masszázs

A manipulatív masszázs olyan kezelési forma, ami ötvözi a kis felületen végzett masszázst és a passzív ízületi mobilizáció hatását. Egy úgynevezett izomspecifikus gyúrás, ahol egy időben történik az izom gyúrása az ízület mozgatómozgásával.

A proprioceptív (propriocepció=mélyérzés) masszázs az izmok készenléti tónusát kontrollálja, az ízület helyzetét, tartását és mozgását koordinálja, a testtartást korrigálja és csökkenti a fájdalmat.

A manipulatív masszázs technikáját Dr. J. C. Terrier (1918-1972) fizioterápiás szakorvos és reumatológus fejlesztette ki.

A Terrier-technika kis felületű masszázst, passzív izomnyújtást, passzív ízületi mobilizálást és az ízületi játékot befolyásoló technikákat kombinálja.

A módszer célja az izomtónus szabályozása, a tónuszavar feloldása kiegyenlítés által. A nyújtás és a mobilizáció hatására reflexesen izomellazulás, helyi vérbőség jön létre, az ízületek mélyérzékelő receptorai stimuláció alá kerülnek. Mindezek hatására a fájdalom csökken.

Milyen esetekben ajánlott a módszer?

Degeneratív ízületi elváltozások, ízület körüli bántalmak, csökkent mozgásterjedelmű ízületi diszfunkciók.

Kiegészítő terápiaként  
kitűnően alkalmazható lumbágó (derékfájás), nyaki merevség,  
de egyes poszttraumás (törés utáni) illetve posztoperatív állapotok  
(operáció utáni) kezelésében is.

A manipulatív masszázs előnye,  
hogy mély és rövid izmokat, inakat képes elérni és nem utolsósorban  
kíméli a páciens ízületeit.

Patak Noémi gyógytornász