**Логопедический массаж**

*Массаж* — это совокупность приемов механического дозированного воздействия в виде трения, давления, вибрации, проводимых непосредственно на поверхности тела человека как руками, так и специальными аппаратами через воздушную, водную или другую среду. Массаж является фоновой процедурой, улучшающей питание тканей. Массируя кожу, мы воздействуем на все ее слои, на кожные сосуды и мышцы, а также на центральную нервную систему, с которой кожа неразрывно связана.

Под влиянием массажа повышается эластичность мышечных волокон, их сократительная функция, за­медляется мышечная атрофия, а также уменьшается уже развившаяся гипотрофия.

Массаж оказывает существенное влияние на суставы. Под действием массажа улучшается кровоснабжение сустава и укрепляется связочный аппарат сустава.

Нервная система первая воспринимает действие массажа, так как в коже находится огромное количество нервных окончаний. Изменяя силу, характер, продолжительность массажа, можно снижать или повышать нервную возбудимость, усиливать и оживлять утраченные рефлексы, улучшать трофику тканей, а также деятельность внутренних органов.

Глубокое влияние оказывает массаж на перифери­ческую нервную систему, ослабляя или прекращая боли, улучшая проводимость нерва, ускоряя процесс регенерации при его повреждении, предупреждая или уменьшая вазомоторные чувствительные и трофические расстройства.

Массаж вызывает расширение функционирующих капилляров, раскрытие резервных капилляров, благодаря чему создается более обильное орошение кровью не только массируемого участка, но рефлекторно и внутренних органов, в результате чего происходит усиленный газообмен между кровью и тканью (кислородная терапия).

Положение ребенка при массаже лежа или полуле­жа на спине: руки вытянуты вдоль туловища, стопы свисают за край массажной кушетки.

Основные цели логопедического массажа:

1) нормализация мышечного тонуса общей, мимичес­кой и артикуляционной мускулатуры;

2)уменьшение проявления парезов и параличей мышц артикуляционного аппарата;

3)снижение патологических двигательных проявлений мышц речевого аппарата (синкинезии, гиперкинезы, судороги ит. д.);

4)стимуляция проприоцентивных ощущений;

5)увеличение объема и амплитуды артикуляционных движений;

6)активизация тех групп мышц периферического ре­чевого аппарата, у которых имелась недостаточная сократительная активность;

7)формирование произвольных, координированных движений органов артикуляции.

***Методические указания к проведению расслабляю­щего массажа:***

1.Массаж проводится в медленном темпе.

2.Последовательность воздействия на массируемые области в процессе одного сеанса расслабляющего массажа может быть следующая:

1)мышцы шеи и плечевого пояса;

2)мимическая мускулатура;

3)мышцы губ;

4)мышцы языка.

***Методические указания к проведению активизиру­ющего массажа:***

1.Движения логопеда должны быть достаточно рит­мичными.

2.Последовательность воздействия на массируемые области в процессе одного сеанса укрепляющего мас­сажа может быть следующая:

1) мимическая мускулатура;

2)мышцы губ;

3)мышцы языка;

4)мышцы шеи и плечевого пояса.

***Техники массажа***

*Сила массажа* — это сила давления, которую руки массажиста оказывают на тело массируемого. Она мо­жет быть большой (глубокий массаж), средней и малой (поверхностный массаж). Поверхностный массаж повы­шает возбудительные процессы, более глубокий массаж с постепенным увеличением силы воздействия способ­ствует развитию тормозных процессов.

*Темп массажа* может быть быстрым, средним и мед­ленным. Быстрый повышает возбудимость, средний и медленный — снижают.

*Чем длительнее массаж,* тем больше он влияет на снижение возбудимости нервной системы. *Приемы массажа:*

* поглаживание: поверхностное, глубокое, обхватывающее, граблеобразное;
* растирание;
* разминание;
* вибрация и поколачивание;
* « плотное нажатие.

Выбор приемов массажа зависит от состояния мы­шечного тонуса, двигательных возможностей и патоло­гической симптоматики.

*Массаж лобной области.* При массаже лобной обла­сти производят:

1)поглаживание плоскостное, глажение в направлении снизу вверх от надбровных дуг к линии начала рос­та волос, от середины лба к височным областям;

2)растирание прямолинейное (продольное и попереч­ное), круговое, спиралевидное; все приемы прово­дить «переступанием» во всех направлениях;

3)разминание — надавливание прерывистое, шипцеобразное, пощипывание большим и указательным пальцами по всей поверхности лобной области;

4) вибрацию — «пальцевой душ».

Все приемы чередуют с поглаживанием, проводят по 4-5 пассов.

*Массаж области глазницы.* При массаже области глазницы производят:

1)поглаживание в верхней части орбиты по направле­нию к височным областям, в нижней части орбиты по направлению к переносице, к внутреннему краю глаза, плоскостное, щипцеобразное;

2)растирание прямолинейное, круговое по тем же ли­ниям;

3)разминание — надавливание, в верхней части орби­ты щипцеобразное, в нижней — по направлению к переносице;

4)вибрацию — поколачивание пальцами.

*Массаж щек.* При массаже щек производят:

1)поглаживание по направлению к ушным раковинам, плоскостное, щипцеобразное, глажение;

2)растирание круговое, прямолинейное, спиралевид­ное, пиление;

3)разминание щипцеобразное, надавливание, сдвига­ние, растяжение;

4)вибрацию — «пальцевой душ».

*Массаж области носа.* При массаже области носа производят:

1)поглаживание плоскостное, щипцеобразное;

2)растирание — прямолинейное, круговое, щипцеоб­разное, штрихование; разминание — надавливание, щипцеобразное;

3)вибрация — сотрясение концевыми фалангами боль­шого и указательного пальцев.

Все движения проводят от кончика носа к переносице.

*Массаж области рта и подбородка.* При массаже области рта и подбородка производят:

1) поглаживание от средней линии по нижнему краю челюсти к заушным областям, от крыльев носа к мочке уха, от углов рта к ушным раковинам, плос­костное и щипцеобразное;

2)растирание — круговое, прямолинейное, спиралевид­ное, штрихование, щипцеобразное;

3)разминание — надавливание, щипцеобразное, рас­тяжение, сдвигание;

4)вибрация— «пальцевой душ», похлопывание.

Все приемы чередуют с поглаживанием, при масса­же носогубной складки движения проводят от нижней части середины подбородка к носогубным складкам до крыльев носа.

*Массаж языка.* При массаже языка производят:

1)поглаживание плоскостное (лучше проводить обре­занной т-образно зубной щеткой), снизу вверх от кон­чика языка при расслаблении и сверху вниз при уве­личении тонуса;

2)растирание прямолинейное (продольное и попереч­ное), круговое, спиралевидное; все приемы прово­дить «переступанием» и глажением, снизу вверх от кончика языка при расслаблении и сверху вниз при увеличении тонуса;

3)разминание — надавливание прерывистое, шипце-образное, пощипывание большим и указательным пальцами, снизу вверх от кончика языка при рас­слаблении и сверху вниз при увеличении тонуса;

4)вибрацию — «пальцевой душ».

Все приемы чередуют с поглаживанием, проводят по 4-5 пассов.

*Массаж подъязычной связки.* При массаже подъя­зычной связки производят:

1)поглаживание плоскостное (лучше проводить обре­занной т-образно зубной щеткой), сверху вниз, сни­зу вверх — холостой ход;

2)растирание, разминание, перетирание. Большим и указательным пальцами логопед обхватывает уздечку и производит прямолинейное (продольное и попе­речное), круговое, спиралевидное растирание, раз­минание, перетирание.

Все приемы проводить «переступанием» и глажени­ем, снизу вверх и сверху вниз;

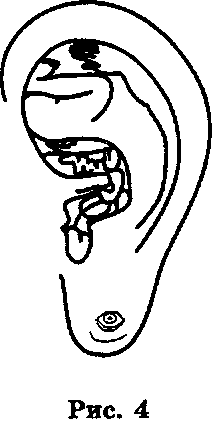
*2. Массаж ушных раковин (аурикулотерапия).* При массаже ушных раковин производят:

1)плоскостное поглаживание мочки уха, при этом надо воздействовать последовательно, переходя с мочки уха на нижнее, среднее, верхнее углубления, после чего массируют заднюю поверхность ушной раковины;

2)растирание — поочередно прямолинейное, круговое, щипцеобразное;

3)разминание — щипцеобразное надавливание;

4)вибрацию с использованием приспособлений (пало­чек, стерженьков различного диаметра с шарообразно закругленными концами).

Ушная раковина снабжена множеством нервных окончаний, в ухе разветвляются шесть нервов, осуще­ствляющих связи с центральными и вегетативными от­делами нервной системы и внутренними органами.

Общая схема расположения точек на ушной ракови­не напоминает ребенка в эмбриональ­ном состоянии (рис. 4). Можно пред­ставить себе, что голова его лежит на мочке уха, руки сложены вдоль тела и оказываются вместе с ногами в вер­хней части ушной раковины.

Точки ушной раковины расположе­ны довольно близко друг к другу, раз­меры их незначительны, и обнаружить их только по анатомическому описанию непросто. Таких точек в настоящее вре­мя насчитывается до двухсот. У здоро­вого человека они как бы скрыты и не проявляют себя. При острых заболеваниях или травмах соответствующие точки становятся резко болезненными. Точки ушной раковины, в отличие от точек тела, имеют действительно точечные размеры 1-2 мм. Так, зона, на­ходящаяся на валике противозавитка, по своему действию соответствует проекции позвоночника. Мочка и противокозелок — соответственно проекция головного мозга, ар­тикуляционного аппарата, глаз.

Для выявления зон болезненности ушную раковину сдавливают между большим и указательным пальцами (8-10 раз), фиксируя ответную реакцию. В процессе массажа ушной раковины вначале усиливается местная болезненность уха, затем появляются ощущение тепла, жжение, болезненность уменьшается, периферическая боль затихает, наступает лечебный эффект. Для дости­жения лечебного эффекта необходимо детальное изуче­ние строения и расположения точек воздействия (кар­тография наружного уха).