

CUPRINS

Volumul 1

Prefață	13
de Prof. Dr. Adriana Sarah Nica	
Preambul	17
de Prof. Dr. Adriana Sarah Nica	
Scurt istoric	19
Capitolul I	
Noțiuni esențiale pentru selectarea și pregătirea celor care vor practica masajul	21
A. Pentru selectarea persoanelor	23
B. Pentru pregătirea persoanelor	23
Noțiunile de psihologie și psihoterapie sunt prezentate de Profesor Florentina Avram	
C. Reguli de igienă și de ținută vestimentară a terapeutului	25
D. Condițiile și dotarea sălii de masaj	26
Capitolul II	
Definiția, clasificarea și descrierea masajului terapeutic	27
I. Definiția și clasificarea masajului terapeutic (medical)	29
II. Clasificarea și succesiunea manevrelor masajului	30
III. Descrierea tehnicii de efectuare a manevrelor masajului medical	32
A. Manevrelor principale	35
1. Netezirea (Eflurajul sau mângâierea)	35
2. Frământatul (Petrisajul)	45
3. Fricțiunea	58
4. Baterea (Tapotamentul)	62
5. Vibrațiile	66
B. Manevrelor complementare	68
1. Rulatul (Mângăluirea)	68
2. Cernutul	71
3. Compresiunile	73
4. Tracțiunile	77
5. Scuturăturile	80
6. Elongațiile	80
C. Kinetoterapia complementară	83
Efectele generale ale manevrelor masajului și ale kinetoterapiei complementare asupra țesuturilor, aparatelor și sistemelor corpului uman	87

Capitolul III

Tehnica de efectuare a fiecărei manevre a masajului terapeutic medical, modul de preluare a țesuturilor pe cele 25 de regiuni și zone ale corpului și kinetoterapia complementară adecvată fiecărei articulații prelucrate89

I. Reguli generale de respectat pentru efectuarea corectă a tehnicii manevrelor masajului medical pe fiecare zonă a corpului	91
II. Masaj pe regiunea și zona toracală dorsală și kinetoterapia complementară	93
III. Masaj pe regiunea și zona lombo-sacro-coccigiană și kinetoterapia complementară	125
IV. Masaj pe regiunea și zona feselor și kinetoterapia complementară	146
V. Masaj pe regiunea și zona articulațiilor coxofemorale și kinetoterapia	161
VI. Masaj pe regiunea și zona coapselor și kinetoterapia complementară	189
VII. Masaj pe regiunea și zona articulațiilor genunchilor și kinetoterapia	214
VIII. Masaj pe regiunea și zona gambelor și kinetoterapia complementară	245
IX. Masaj pe regiunea și zona articulațiilor gleznelor și kinetoterapia	277
X. Masaj pe regiunea și zona picioarelor propriu-zise (labele picioarelor) și kinetoterapia complementară	310
XI. Masaj pe regiunea și zona degetelor membrelor inferioare (pelvine) și kinetoterapia complementară	341
XII. Masaj pe regiunea și zona peretelui abdominal și kinetoterapia complementară	373
XIII. Masaj pe zona toracelui anterior (pieptul) și kinetoterapia complementară	391
XIV. Masaj pe regiunea și zona hemitoracelor și a sânilor în perioada de lactație, în cazul sânului afectat de mastită și în cazul sânului căzut și kinetoterapia complementară	410
XV. Masaj pe regiunea și zona cervicală și kinetoterapia complementară	443
XVI. Masaj pe regiunea și zona articulațiilor umerilor (centura scapulohumerală) și kinetoterapia complementară	460
XVII. Masaj pe regiunea și zona brațelor și kinetoterapia complementară	481

În continuare, celelalte regiuni sunt descrise în volumul 2.

Volumul 2

XVIII. Masaj pe regiunea și zona articulațiilor coatelor și kinetoterapia complementară	505
XIX. Masaj pe regiunea și zona antebrățelor și kinetoterapia complementară	520
XX. Masaj pe regiunea și zona articulațiilor mâinilor (pumni) și kinetoterapia complementară	537
XXI. Masaj pe regiunea și zona mâinilor propriu-zise și kinetoterapia complementară.....	556
XXII. Masaj pe regiunea și zona degetelor membrelor superioare (toracale) și kinetoterapia complementară	579
XXIII. Masaj pe regiunea și zona anterioară a gâtului și kinetoterapia complementară.....	603
XXIV. Masaj pe zona feței și kinetoterapia complementară	617
XXV. Masaj pe zona frunții și kinetoterapia complementară	632
XXVI. Masaj pe zona scalpului (cutia craniană) și kinetoterapia complementară	639

Capitolul IV	
Masaj pe toate regiunile și pe toate zonele corpului (masaj general)	647

Capitolul V

I. Masajul efectuat pe copil (bebeluș) de către unul dintre părinți sau de către masor	715
A. Condițiile și perioada din viață a bebelușului când unul dintre părinți poate să efectueze masajul	717
B. Tehnica de efectuare a fiecărei manevre a masajului și modul de prelucrare a țesuturilor pe fiecare segment sau pe întreg corpul bebelușului de către unul dintre părinți.....	721
C. Tehnica de efectuare a fiecărei manevre a masajului și modul de prelucrare a țesuturilor pe un segment sau pe întreg corpul bebelușului de către maseur în cazul unor afecțiuni	731
II. Kinetoterapia	731
Condițiile și modul de efectuare a gimnasticii pentru copii (0-20 luni).....	731
Rolul masajului terapeutic în creșterea eficienței masajului limfatic, reflex, sportiv etc	738

Capitolul VI

Masajul. Tehnici particulare	741
de Conf. Dr. Gilda Mologhianu	
Masajul aplicat în diferite afecțiuni prin diferite tehnici particulare derivate din manevrele masajului terapeutic	
1. Drenajul limfatic manual (Leduc).....	743
2. Masajul reflex	746
3. Masajul transversal profund Cyriax	757
4. Masajul periostal (Vogler)	760
5. Tehnica de palpare rulare Wettervald	760
6. Masajul manipulativ Terrier	761
7. Metoda lui Rabe	761
8. Metoda lui Bugnet	761
9. Criomasajul.....	762
10. Masajul colonului	762

Capitolul VII

Masajul pe segmentele corpului cu pacientul așezat pe scaun și dispozitive complementare terapiei prin masaj	763
de Instructor terapeut Mircea Badea Ene Ene	

Capitolul VIII

Masajul terapeutic, procedură de bază în recuperarea diferitelor afecțiuni, cât și pentru prevenirea lor sau/și pentru întreținerea și menținerea stării de bine a tuturor persoanelor	801
de Prof. Dr. Adriana Sarah Nica	
Evaluarea medicală și investigațiile specifice sunt obligatorii anterior aplicării și dezvoltării de masaj terapeutic	804
Indicațiile și obiectivele terapiei prin masaj în funcție de modificările fizio-patologice și de cele psiho-comportamentale	804
Contraindicațiile terapiei prin masaj în funcție de categoriile de patologie	815

Capitolul IX Masajul în afecțiuni neurologice și reumatismale	819
--	-----

de Conf. Dr. Delia Cintează

Capitolul X	
Kinetoterapia complementară pe afecțiuni succedată masajului adecvat, efectuată de către masseur sau kinetoterapeut în colaborare cu pacientul	835

Noțiunile din capitolul X sunt prezentate de Vadim Panța , kinetoterapeut la Centre Hospitalier Jean Bouveri, Montceau les Mines, Franța

Postfață	903
-----------------------	-----

Tematica programelor analitice pentru cursuri, examene de absolvire, examen de asistent principal, examen de promovare pe post etc. sunt întocmite după manualul sau tratatul de tehnică a masajului. Acestea se găsesc pe site-ul fiecărei unități de învățământ de specialitate și pe cel al unităților sanitare.

-Distincții obținute de autor pentru această lucrare, de la diverse unități de specialitate din domeniul medical și școlar

- Diplomă de excelență, din partea Comisiei de Reabilitare Medicală – Ministerul Sănătății;
- Diplomă de merit, din partea Institutului Național de Recuperare, Medicină Fizică și Balneoclimatologie;
- Diplomă de excelență, din partea Spitalului Clinic Județean de Urgență Ilfov;
- Diplomă de excelență, din partea Școlii Postliceale Sanitare “Fundeni”;
- Diplomă de merite deosebite, din partea Școlii Postliceale Sanitare “Fundeni” și altele

Lucrarea a fost analizată și evaluată și de numeroase personalități din domeniul medical:

- **Prof. Dr. Ștefan ȘUȚEANU** – Președinte de onoare al Societății Române de Reumatologie;
- **Conf. Dr. Delia CINTEZĂ** – Catedra Recuperare Medicală de la Universitatea de Medicină și Farmacie „Carol Davila” București și de la Institutul Național de Recuperare, Medicină Fizică și Balneoclimatologie;
- **Conf. Dr. Gilda MOLOGHIANU** – Universitatea de medicină și farmacie „Carol Davila” București; Institutul Național de Recuperare, Medicină Fizică și Balneoclimatologie;
- **Dr. Bianca-Doina POȘIRCĂ** – Șef catedră B.F.K.T. la Liceul Tehnologic Special „Regina Elisabeta”, București;
- **Dr. Cornelia POPESCU** – Medic primar, cercetător științific gr. I, doctor în medicină
- **Prof. coord. Cristian DRAGOMIR** – Director Școala de Masaj Dragomir și Casa de Sănătate Dragomir;
- **Constantin MOLDOVEANU** – Kinetoterapeut și lector formator la Centrul de pregătire profesională (tehnicieni maseuri) Alexander's;
- **Instructor Mircea Badea Ene Ene** – Școala Regina Elisabeta;
- **Marga Apostoiu** – Școala Sanitară Fundeni,
- Și alții.
- **Marga Apostoiu** – Școala Sanitară Fundeni,
- Și alții.