

ШКОЛА МАСТЕРОВ МАССАЖА

Огненный массаж

СТУДЕНТ: Холопова К.В.

ПРЕПОДОВАТЕЛЬ: Первухин С.И.

Содержание

Введение.....	1
Составляющие огненного массажа.....	2

Методика проведения огненного массажа.....	3
Действительно не больно?	6
Показания и противопоказания к процедуре	7
После курса огненного массажа.....	10

Введение

В культуре Востока огонь означает стремление к самосовершенствованию. Со времен древности люди поклоняются этой стихии. В 9 веке в Тибете был придуман оригинальный способ оздоровления – огненный массаж. Благодаря высокой эффективности техника огненного массажа распространилась по восточным странам. В Китае методика стала народным достоянием и получила большое количество последователей, благодаря своим мощнейшим целительским свойствам.

Долгое время огненный массаж использовался для лечения правящей династии и только недавно стал доступен за стенами Императорского дворца.

В то время существовало мнение о том, что огненный массаж является процедурой, которая помогает организму, избавиться от отрицательной энергии и негатива, а также такой вид массажа помогает поддерживать в тонусе жизненную энергию, которая возникает при рождении человека и затухает при его смерти.

Также, если верить древней легенде, огненный массаж помогает поддерживать ментальное здоровье человека. Но в действительности, такая экзотическая процедура гарантировано помогает расслабиться телу и укрепить здоровье кожи.

- Ароматические масла или травяные настои
- Мягкие полотенца.
- Спокойная музыка.
- Огонь.

Суть огненного массажа в местном тепловом воздействии пламенем. Необходимый эффект достигается за счет горячего влажного воздуха на активные точки, нервные окончания и кожу. Во время проведения огненного массажа на месте согревания повышается температура, а это влечет за собой повышение температуры внутри кожи, в результате чего расширяются капилляры, прогреваются слои мышц на глубине, снимаются мышечные спазмы и усиливается местное кровообращение. Огненный массаж способствует тому, что в организме человека улучшается энергетический обмен кожных тканей и отлично стимулируется поглощение и рассеивание гематом, отеков и патологических продуктов воспаления. Кроме того, эти процедуры помогают увеличивать секрецию потовых желез, что дает выведение продуктов обмена веществ, значительно снижает возбудимость нервной системы и снимает болевые ощущения. Огромное значение имеют и сами лекарственные травы, используемые для компресса. Их фармакологическое действие является важным моментом во время проведения массажа. Проходя через поверхность кожи, лекарственные травы легко ею поглощаются. Соединительная ткань, богатая кровеносными сосудами, активно впитывает и переносит лекарственные компоненты.

Процедура достаточно проста и безопасна. В начале массажист активно растирает и разминает тот участок тела пациента, который будет массировать, без использования масла или крема.

Проводят процедуру на чистой сухой коже. Если в подготовке использовались косметические средства, то их тщательно вытирают.

Огненный массаж делают на спине, голове, руках, ногах и животе.

Последовательность выполнения массажа огнем.

На первом этапе производят разминание части тела, которая будет в дальнейшем подвергаться воздействию. Для этого используют стандартные приемы разминания, растирания и поглаживания.

Второй этап процедуры – на спину клиента кладут специальное полотенце, после чего наносят целебный травяной настой.

Третий этап массажа – несколько полотенец смачивают чистой питьевой водой, после чего накрывают этими полотенцами тело клиента.

Четвертый шаг состоит в том, что сверху получившегося трехслойного компресса аккуратно наливают этиловый или медицинский спирт. При этом важно четко выдержать дозировку спиртовой настойки, которая не должна превысить 200 грамм для всей поверхности.

Этап номер пять – непосредственная работа с огнем. После поджигания пламя горит непродолжительно, и клиент не ощущает никакой боли и дискомфорта.

Во время огненных процедур тело человека тщательно разогревается, он начинает потеть, у него открываются поры, что позволяет достигать нужного эффекта от массажа. Следует помнить о том, что при каждом следующем поджигании требуется заново смачивать ткань настоем из спирта. Если возникнет необходимость заменить верхний слой полотенца, это следует сделать. Ткань следует накладывать на тело и поджигать в зависимости от того, насколько интенсивного воздействия на организм человека необходимо достичь.

При каждом новом добавлении настойки спирта допустимо совершать поджигание вплоть до трех раз, но не более. На завершающем этапе процедуры, после того, как будут произведены основные массажные действия, клиента следует накрыть одеялом либо прочей плотной тканью на полчаса, что позволит достичь лучшего терапевтического эффекта и закрепить его. Травяные настои проникают глубоко под кожу именно в этот момент, когда поры максимально открыты, и это еще больше увеличивает положительный оздоравливающий результат.

Длительность всего сеанса составляет обычно 40-60 минут.

Действительно не больно?

Итак, огненный массаж – это методика лечения, сочетающая в себе массаж и локальное тепловое воздействие. Процедура достаточно специфическая, но абсолютно безболезненная. При этом как долго будет длиться процедура, зависит от субъективных ощущений больного, время теплового воздействия массажист определяет индивидуально.

Проводить сеансы должны исключительно профессионалы, имеющие все необходимые разрешения на данный вид деятельности. Широко распространено такое лечение в китайских клиниках. Восточные медики уверяют: нет совершенно никакой болезненности, больные лишь сильно потеют, испытывая колоссальное расслабление.

Среди отзывов у врачей Китая – много благодарностей. Некоторые пациенты говорили, что процедура эта не только безболезненная, но даже приятная. Те, кто через нее прошел, свои ощущения от массажа огнем описывают как некое необычное тепло, которое растекается по телу и дарит покой и блаженство.

Показания и противопоказания к процедуре

Показания:

- Потеря молодости кожи
- Лишний вес
- Поясничный и шейный остеохондроз
- Воспалительные заболевания
- Ревматизм
- Бессонница
- Малоподвижный образ жизни
- Вывихи
- Растяжения связок
- Ушибы
- Переломы на всех стадиях заживления
- Искривление позвоночника
- Нарушение осанки
- Плоскостопие
- Заболевания органов пищеварения (не в стадии обострения)
- Гастриты
- Колиты
- Язвенная болезнь (если нет предрасположенности к кровотечению)
- Заболевания печени и желчного пузыря
- Простатит
- Хронический уретрит
- неправильные положения и смещения матки и влагалища

- Анатомическая неполноценность матки
- Боли в области крестца, копчика, и области матки и яичников в межменструальный период
- Заболевания кожи (угревая сыпь, выпадение волос),
- Болезни уха, горла, носа, глаз
- Различные боли в спине
- Головные боли
- Нарушения сна и повышенной раздражительности
- Половые слабости
- Зубная боль

Общие противопоказания к процедуре:

- Сердечно-сосудистые заболевания (гипертоия, гипотония), т.к. процедура распаривания расширяет сосуды
- Заболевания, сопровождающиеся острыми лихорадочными состояниями
- Воспалительные, инфекционные, гнойные процессы
- Кровотечения
- Беременность
- Заболевания крови (лимфаденит и др.)
- Аллергия
- Боль в животе, рвота, тошнота
- Почечная недостаточность
- Алкогольное опьянение

Местные противопоказания:

- Грибковые, вирусные заболевания (герпес, экземы, бородавки)
- Опухоли, кисты
- Выступающие родинки на месте массажа
- Варикозное расширение вен на месте массажа
- Грыжа
- Менструация
- Камни в почках и желчном пузыре
- Рак

Также не следует проводить огненный массаж на голодный желудок, его лучше делать через час после еды, необходимо обильное питье до и после процедуры, ни в коем случае не холодные напитки, не следует мыться в течение 6 часов после массажа, а после него необходим отдых 45 минут.

После курса процедур огненного массажа

- Происходит повышение иммунитета – сыворотка крови насыщается лейкоцитами, увеличивается выработка адренокортикотропного гормона, происходит снижение содержание иммуноглобулина Е.
- Локальное воздействие тепла повышает температуру кожи, глубоко прогревая мышцы, расширяя капилляры, усиливая кровообращение. В результате этого кожа и кровь очищаются, а морщины разглаживаются.
- Ликвидируются мышечные спазмы.
- Усиливается обмен веществ, через потовые железы выводятся шлаки и патологические вещества. Это способствует рассасыванию воспалений, гематом, отеков.
- Массаж расслабляет, регулирует возбудительные процессы, успокаивает, снимает болевые ощущения, раздражение и усталость.
- В самом прямом смысле сжигаются лишние жировые отложения.
- Помогает справиться с бессонницей.
- Расслабляет мышцы, затекающие от сидячей или стоячей работы, малоподвижного образа жизни.
- Фармакологически благотворно действуют травы, используемые в компрессе. Мята обеспечивает седативное и желчегонное действие, пустырник регулирует работу ЖКТ и успокаивает нервную систему, ортосифон снимает отеки, ромашка и чистотел устраняют воспаления на коже.