

# Competenze di base del Massaggio medicale

Il massaggio medicale è il nome di una forma di terapia che combina vari metodi. Il massaggio medicale comprende principalmente sei metodi, che vengono appresi in un corso di formazione di 3 anni, incluso uno stage di sei mesi sulla strada per l'esame professionale federale.

I sei metodi includono massaggio classico, drenaggio linfatico manuale, riflessologia plantare, massaggio del tessuto connettivo, idroterapia ed elettroterapia.

I Massaggiatori medicali con diploma federale si aggiornano ogni anno. Questo è nel loro interesse, ma anche per mantenere il riconoscimento da parte delle compagnie di assicurazione sanitaria e per soddisfare i requisiti di qualità del vdms-asmm.

## Massaggio classico

Il disagio nel sistema muscolo-scheletrico può avere varie cause. Oltre agli effetti degenerativi, spesso le cause sono una cattiva postura e la mancanza di esercizio. Questo porta a tensioni e squilibri muscolari. I massaggiatori medicali utilizzano movimenti specifici della mano per influenzare le parti del corpo interessate e quindi migliorare il flusso sanguigno ai muscoli.

Il massaggiatore medicale ricercherà le cause con il paziente e lo consiglierà su cosa si può fare al riguardo. Il massaggio classico ha un effetto antidolorifico, allevia le tensioni, aiuta a rilassarsi e alleviare lo stress. Il massaggio classico viene utilizzato anche per riequilibrare i livelli fisici e mentali.

## Drenaggio linfatico manuale

Questa forma di trattamento è particolarmente indicata per decongestionare le zone gonfie del corpo, per alleviare il dolore e per rafforzare il sistema immunitario. L'effetto drenante in tutto il corpo stimola e sostiene il sistema linfatico. Dopo un'operazione, una malattia o un trauma, il sistema linfatico non può più funzionare al massimo delle sue potenzialità. Questo può portare a gonfiore, che può verificarsi localmente o su intere estremità. Nella linfoterapia, il tessuto gonfio sovraccarico di liquido cellulare viene decongestionato delicatamente e regolarmente. Il metodo è particolarmente adatto per

➤ Negli edemi primari e secondari	➤ Nel morbo di Sudeck
➤ Negli edemi di gravidanza	➤ per il trattamento delle cicatrici
➤ prima e dopo le operazioni (ad esempio dopo la chirurgia ortopedica )	➤ in caso di scarsa guarigione della ferita per favorire il processo di guarigione
➤ dopo traumi (fratture, stiramenti, strappi delle fibre muscolari, distorsioni, ustioni )	➤ dopo un intervento chirurgico al viso o un trattamento dentale
➤ dopo la rimozione del tumore e dei linfonodi	➤ Per Ulcus cruris (gambe aperte)
➤ Per completare il trattamento delle ferite da colpo di frusta	➤ Per emicranee e dolori di testa



## Riflessoterapia plantare

Se la tua salute è generalmente compromessa, potresti sentirti male, svogliato e impotente, la riflessoterapia plantare di da una nuova spinta. Tutti gli organi, i muscoli e le funzioni del corpo si riflettono nelle zone riflesse dei tuoi piedi. Questi vengono trattati in modo specifico utilizzando una speciale tecnica di presa. Questo stimola e armonizza le aree o le funzioni stressate del tuo corpo.

## Idroterapia

Il termine idroterapia (dal greco "idro" = acqua) copre vari usi dell'acqua per la prevenzione e il trattamento delle malattie. L'acqua ha la speciale capacità di condurre il freddo e il calore e di esercitare pressioni sul corpo o su singole parti del corpo immerse nell'acqua. L'acqua fredda inizialmente provoca la contrazione dei vasi sanguigni, come reazione a ciò, al di fuori dell'acqua, i vasi si allargano e il flusso sanguigno aumenta. Questo favorisce la circolazione sanguigna generale e stimola la circolazione. Inoltre, il corretto utilizzo dell'acqua può stimolare il metabolismo e influenzare positivamente la respirazione, l'attività cardiaca, il tratto gastrointestinale e il sistema nervoso. L'acqua viene utilizzata in tutti e tre gli stati aggregati: ghiaccio, acqua liquida e vapore. Una forma di applicazione dell'idroterapia è l'impacco o l'impiastrò. In tal modo, alcune parti del corpo vengono avvolte.

## Massaggio del tessuto connettivo

Il massaggio del tessuto connettivo è particolarmente indicato per malattie funzionali degli organi interni come disturbi gastrointestinali, del fegato e della cistifellea o disturbi circolatori locali, emicranie, sintomi della menopausa o reumatismi. Il sistema nervoso vegetativo è influenzato positivamente da una speciale tecnica di massaggio e l'organo colpito viene trattato in modo riflessivo fino a quando non si verifica il rilassamento.

## Elettroterapia

L'elettroterapia utilizza l'effetto delle correnti elettriche sull'organismo. Poiché molti processi nel corpo, ad es. I movimenti muscolari o le linee di impulso del dolore sono possibili a causa di impulsi elettrici, questi possono essere influenzati positivamente mediante l'elettroterapia.

La terapia a ultrasuoni può essere integrata in questa forma di terapia ed è uno dei metodi di trattamento fisico più comunemente praticati. Una testa del suono viene utilizzata per generare onde sonore che mettono in movimento il tessuto sottostante. Un mezzo di accoppiamento (ad esempio gel, crema, acqua) garantisce una buona trasmissione e contatto tra il trasduttore e la pelle. La terapia a ultrasuoni viene assegnata alla mecano-termo terapia per i suoi effetti complessi. I due effetti più importanti degli ultrasuoni sono lo sviluppo del calore e il micro massaggio nel tessuto, che si ottengono in base ai parametri di trattamento impostati. Pertanto, con la terapia a ultrasuoni, è possibile ottenere iperemia (aumento del flusso sanguigno), aumento del metabolismo e promozione della rigenerazione, un'influenza sul dolore, una detonazione dei muscoli tesi (rilassamento) e l'allentamento delle aderenze.