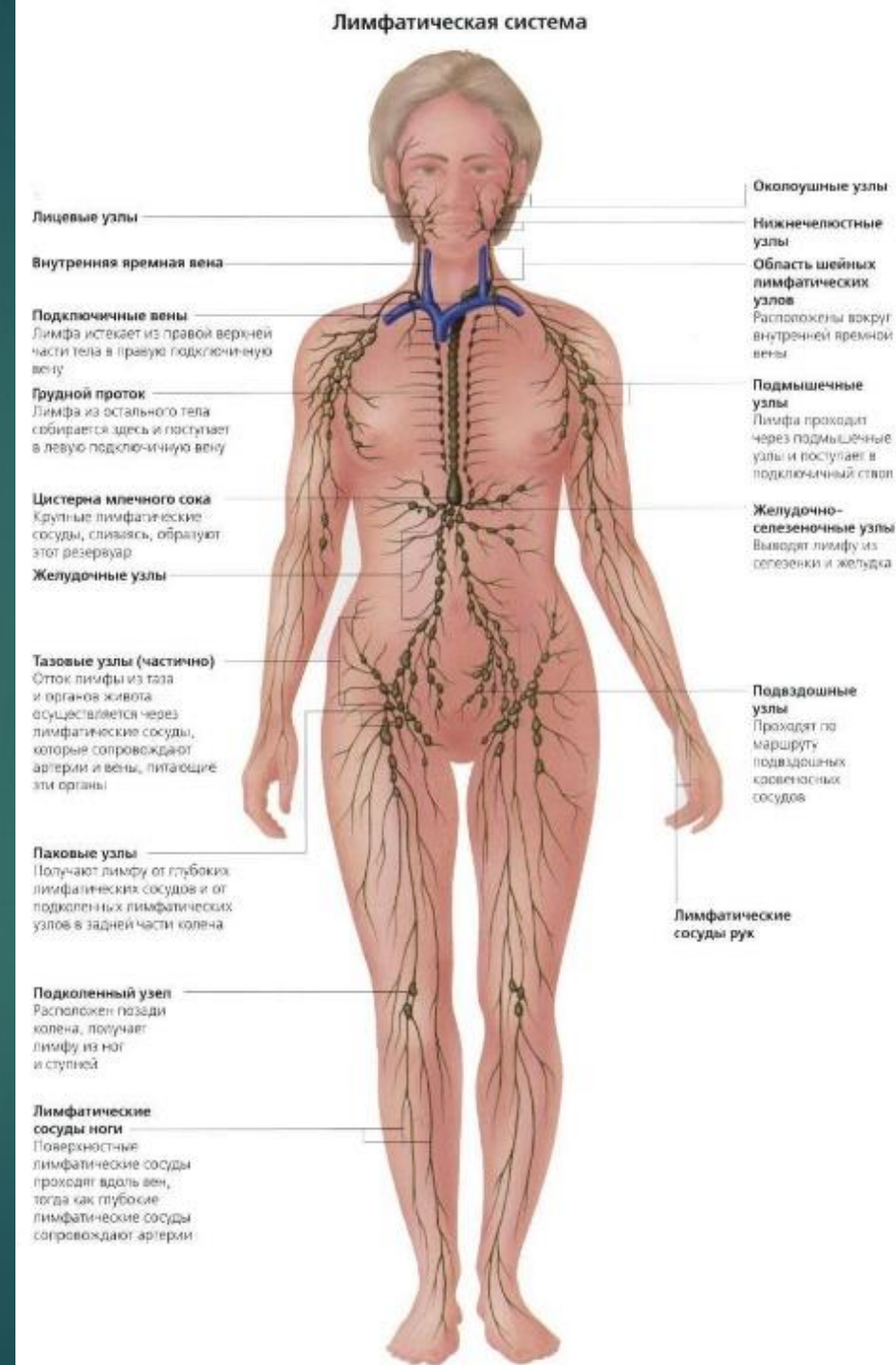


Лимфатическая система

ЭТО СВОЕОБРАЗНАЯ ЗАЩИТНАЯ СИСТЕМА ОРГАНИЗМА. ВСЕ НАШЕ ТЕЛО ПРОНИЗАНО ЛИМФАТИЧЕСКИМИ СОСУДАМИ, В КОТОРЫХ ЛИМФОЦИТЫ ВЫРАБАТЫВАЮТ ЗАЩИТНЫЕ БЕЛКИ-АНТИТЕЛА, ОНИ ПОМОГАЮТ ОРГАНИЗМУ БОРОТЬСЯ С ВИРУСАМИ И БАКТЕРИЯМИ, ЗАЩИЩАЮТ И ИЗБАВЛЯЮТ НАС ОТ БОЛЕЗНЕЙ.

- Лимфатическая система играет важную роль в обмене веществ и очищении клеток и тканей организма. Она состоит из сети лимфотических сосудов, органов и специализированных клеток, расположенных по всему организму. Она является важной частью защитной системы организма в борьбе с внедрившимися инфекционными агентами (бактерии, грибы, паразиты)



Лимфатическая система представляет собой наименее изученную часть кровеносной системы, которая совместно с сердечно-сосудистой системой обеспечивает циркуляцию жидкости в организме. Она играет жизненно важную роль в защите организма от инфекций.

В отличие от кровеносной системы, лимфатическая система незамкнутая и не имеет центрального насоса (как у кровеносной системы – сердце). Лимфа, циркулирующая в ней, движется медленно и под небольшим давлением. Циркуляцию лимфы обеспечивается за счет: сокращения мышц, пульсации артерий, движения диафрагмы (как насос), также внешнее давление (напр. массаж).

Лимфа – это прозрачная водянистая жидкость, содержащая электролиты и белки, выделяемые из крови, которая омывает органы и ткани организма. Лимфа это жидкая часть крови без эритроцитов.

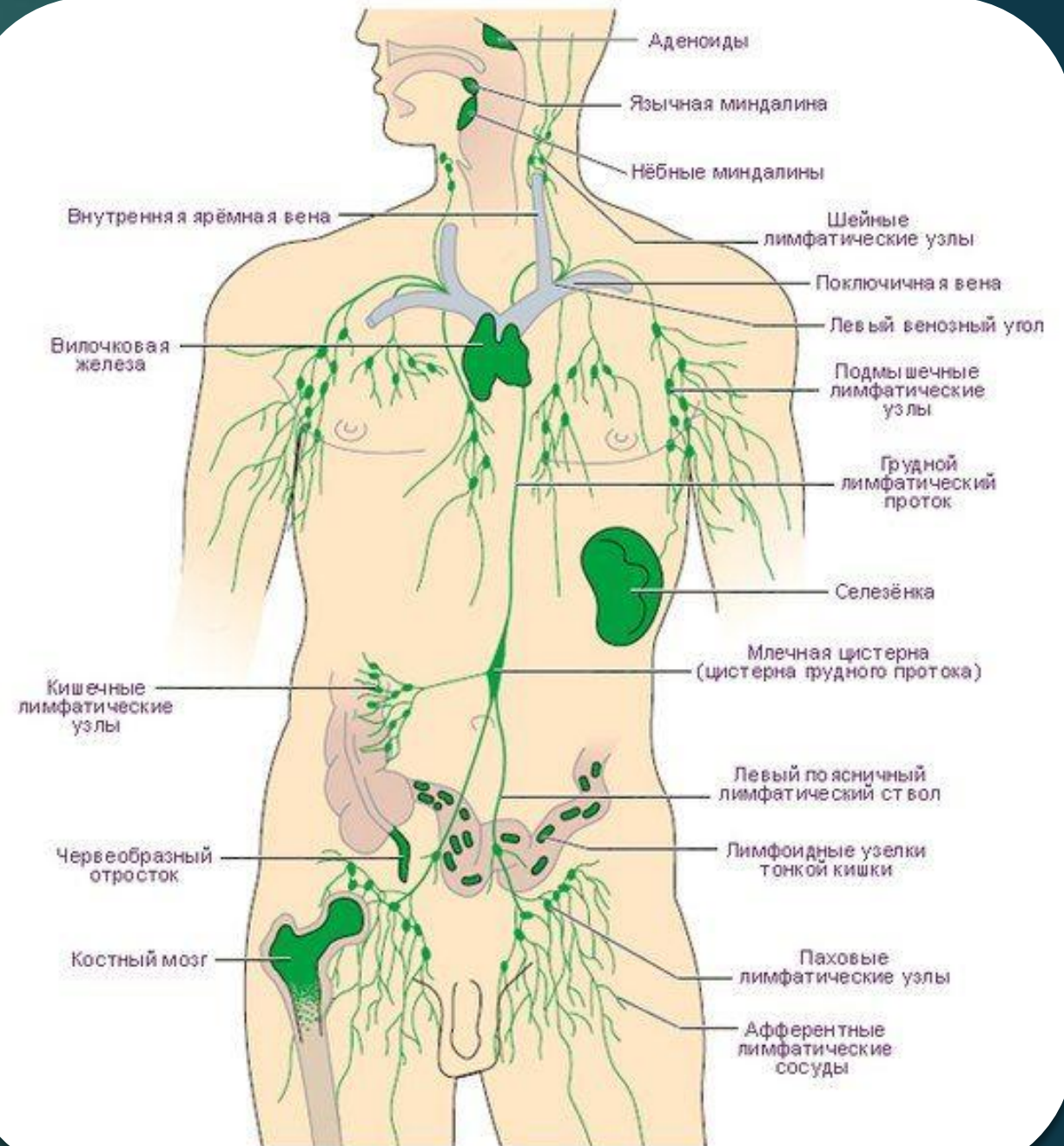
Лимфоциты – белые кровяные клетки, являющиеся частью иммунной системы организма, - входят в состав лимфы. Они распознают чужеродные микроорганизмы и разрушают их, обеспечивая противoinфекционную защиту. Такая реакция организма называется иммунным ответом.


Из чего состоит лимфатическая система

Лимфа движется гораздо медленнее , чем кровь.

Ее продвижению способствуют особенности строения путей оттока лимфы.

В состав лимфатической системы входят: лимфатические капилляры; лимфатические сосуды; лимфатические узлы; лимфатические стволы и протоки.





Лимфатическая система простирается по всему организму , собирая жидкость, выделяемую из кровеносных сосудов, промывает межклеточное пространство, вымывая из него все лишнее, и уходит в лимфу.

С каждой ткани отходят лимфатические капилляры, которые начинаются прямо в ткани, которые фильтруют через себя огромные потоки лишней жидкости.

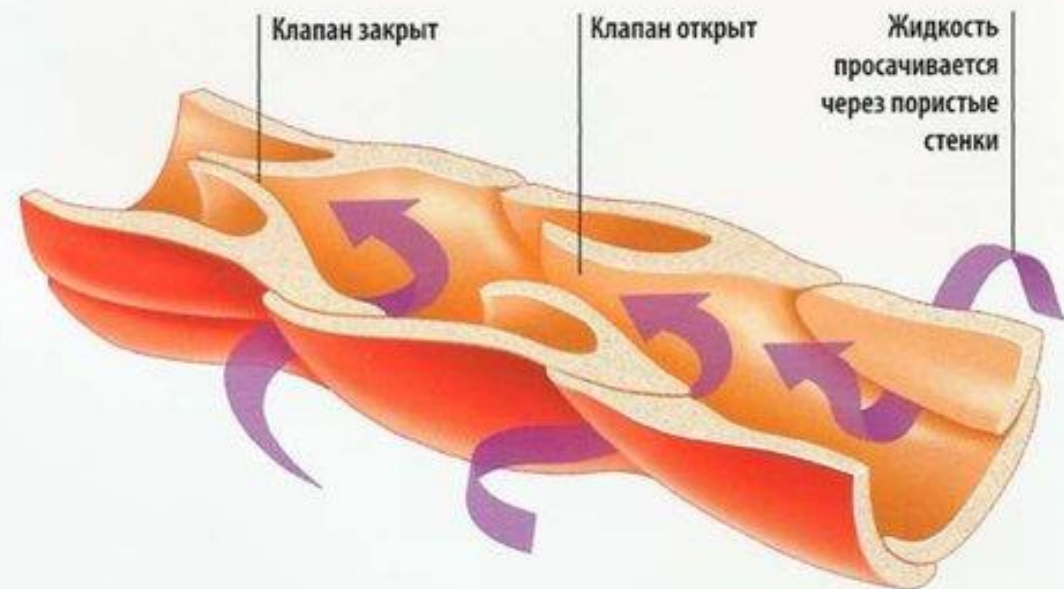
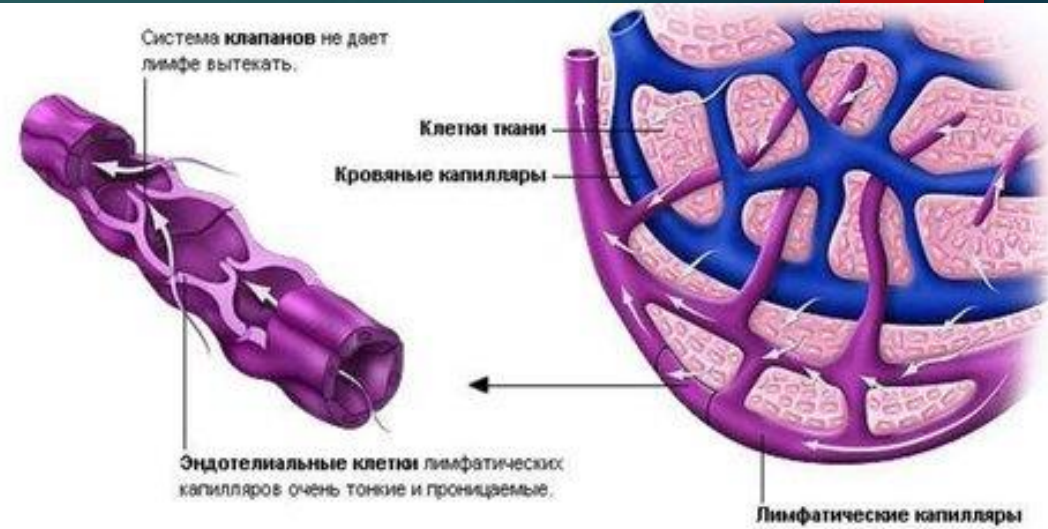
Они несут лимфу уже к более крупным - лимфатическим сосудам. Которые доставляют ее в лимфатические узлы. В лимфоузле ферментная база лейкоцитов, макрофагов (они там живут).

В лимфатических узлах происходит очищение лимфатической жидкости от инфекционных агентов и инородных тел, после чего она вновь поступает в сосудистое русло.

Лимфатические сосуды, идущие от органов и мышц называются глубокими лимфатическими сосудами. В подкожной клетчатке лежат поверхностные лимфатические сосуды , которые формируются из лимфатических капилляров кожи и подлежащих тканей.

Лежащие на путях тока лимфы лимфатические узлы прилежат к кровеносным сосудам (чаще к венам). В зависимости от расположения лимфатических узлов и направления тока лимфы от органов выделены региональные группы лимфатических узлов. Они получают название от области (паховые, подмышечные ...) Лимфатические узлы так же бывают поверхностные и глубокие.

Часть лимфатического сосуда

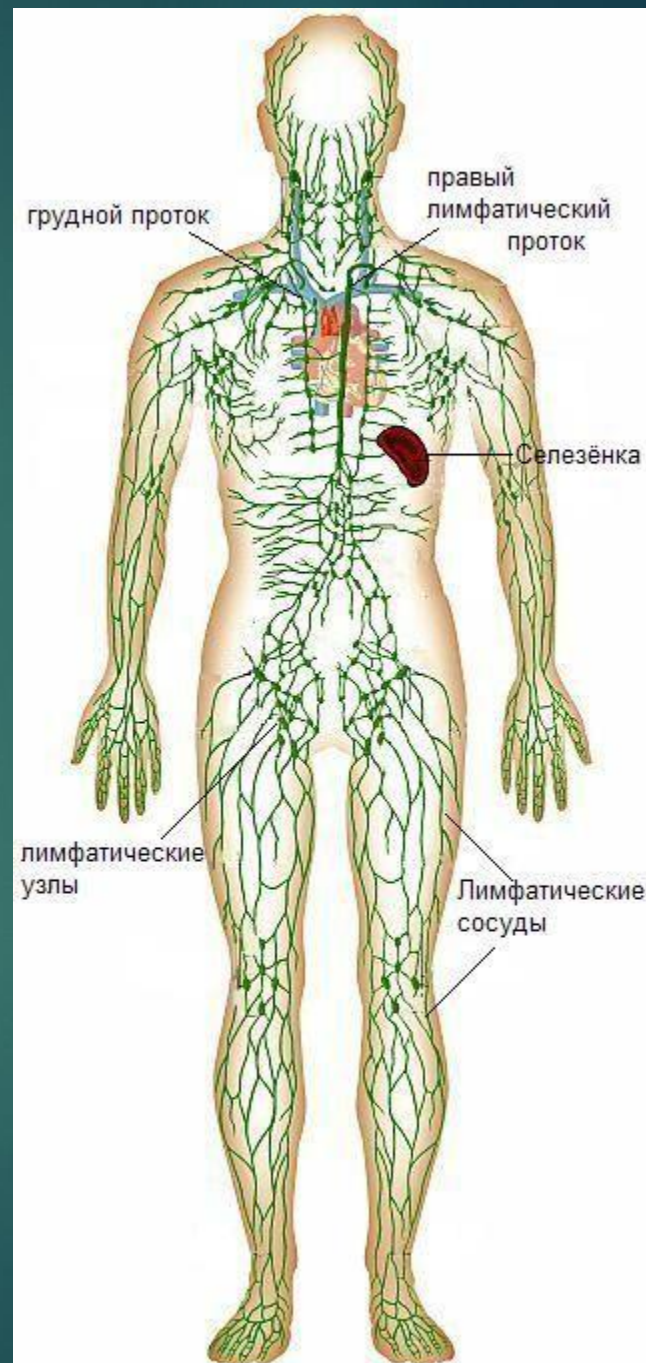


Расположение лимфоузлов

Пропальпировать можно следующие скопления лимфоузлов:

Затылочные
Околоушные
Поднижнечелюстные
Подбородочные
Шейные
Подмышечные
Локтевые
Паховые
Подколенные

В организме имеются так же скопления лимфатических узлов в области бронхов, ворот легких, в брюшной полости.



Функции лимфы

Лимфатические узлы служат своеобразными барьерами, задерживающими содержащиеся в лимфе чужеродные клетки. Таким образом она выполняет барьерную функцию – обезвреживает попадающие в организм инородные частицы, микроорганизмы, и т.д. Кроме того, она облегчает работу венозной системы, удаляя из тканей в лимфатическое русло избыток жидкости. При попадании в организм инфекции лимфатические узлы становятся болезненными и увеличенными.

В связи с этим, при подозрении на инфекционное заболевание прежде всего необходимо прощупать региональные поверхностные лимфатические узлы.

Например, при заболевании зубов – поднижнечелюстные, при болях в горле – шейные, при травмах и инфицированных ранах нижних конечностей – паховые узлы.

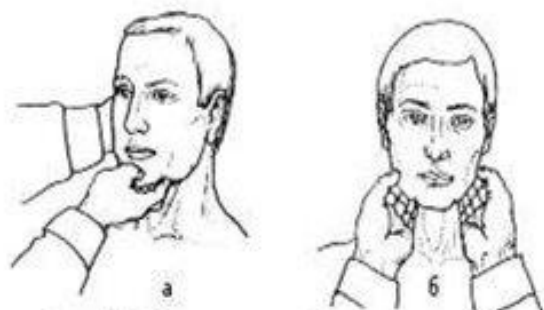


Рис. 14. Пальпация подбородочных (а) и подчелюстных (б) лимфатических узлов

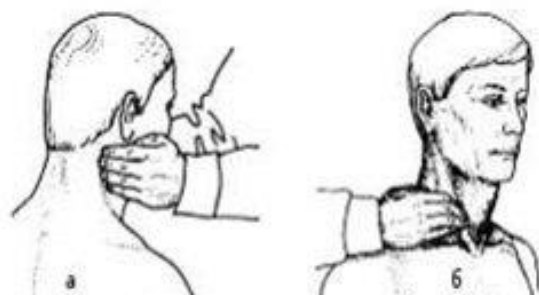


Рис. 16. Пальпация переднешейных (а) и заднешейных (б) лимфатических узлов

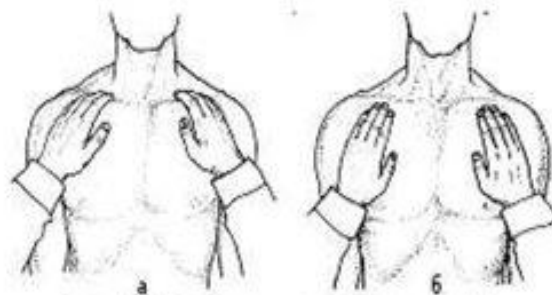
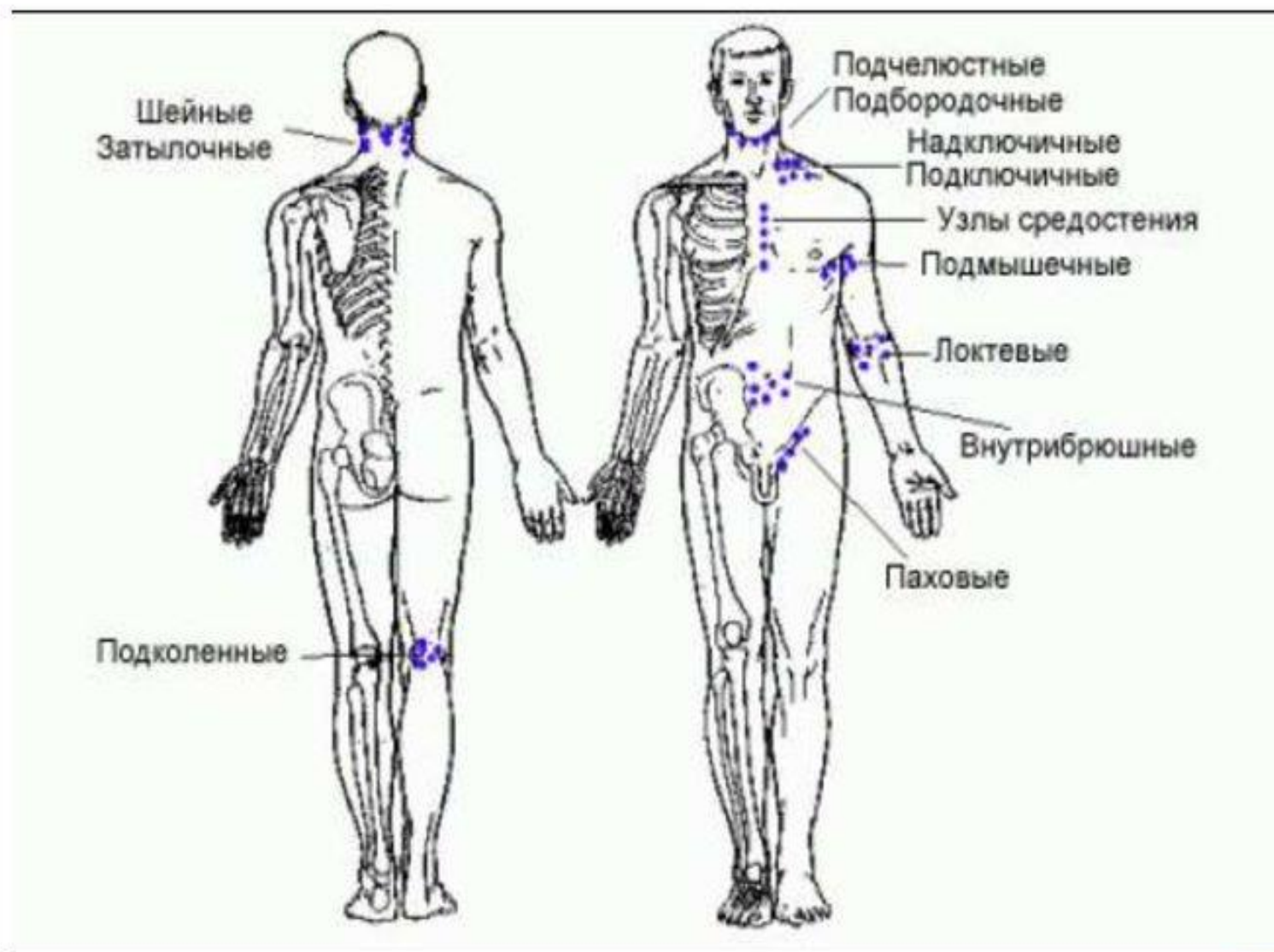
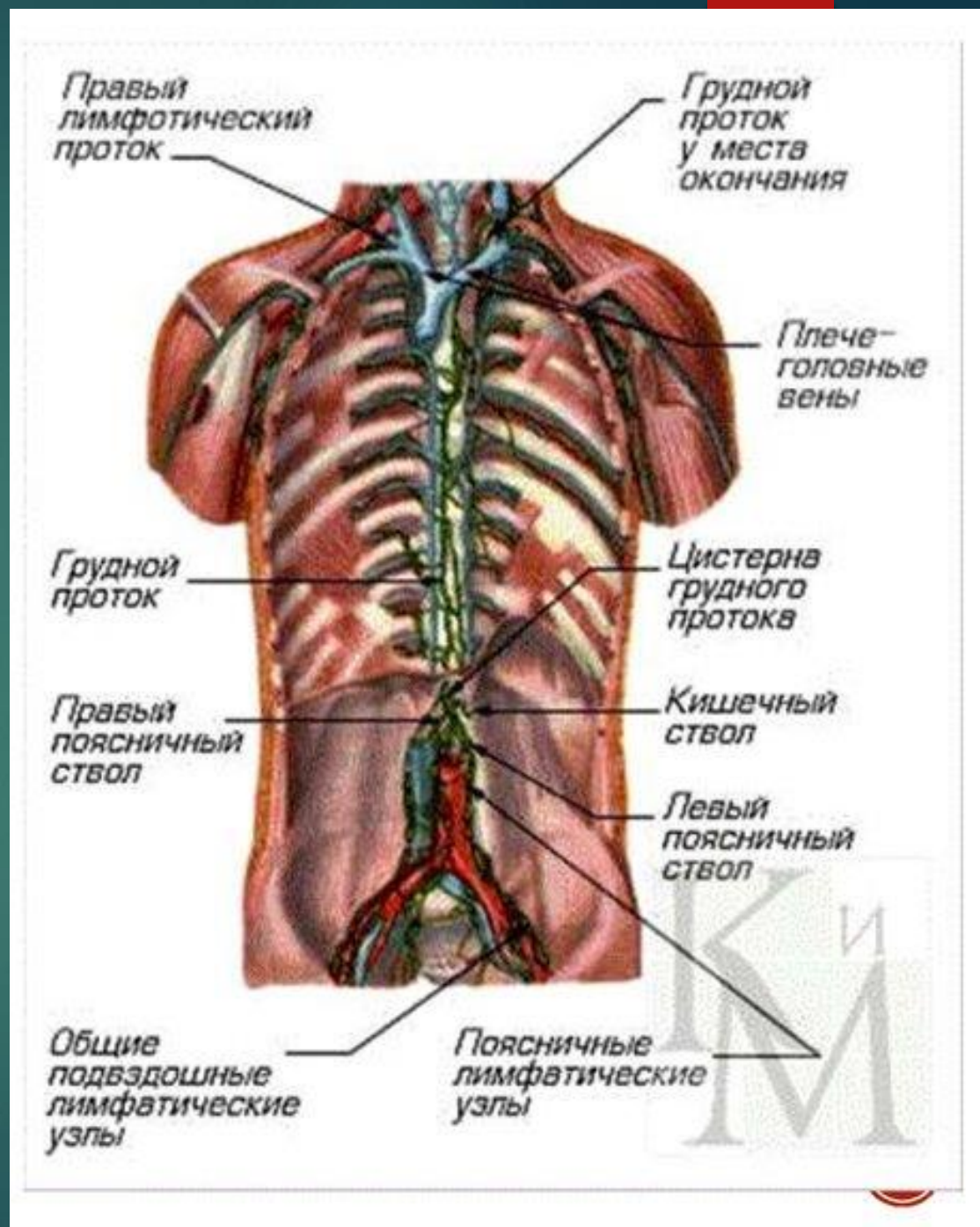


Рис. 17. Пальпация надключичных (а) и подключичных (б) лимфатических узлов



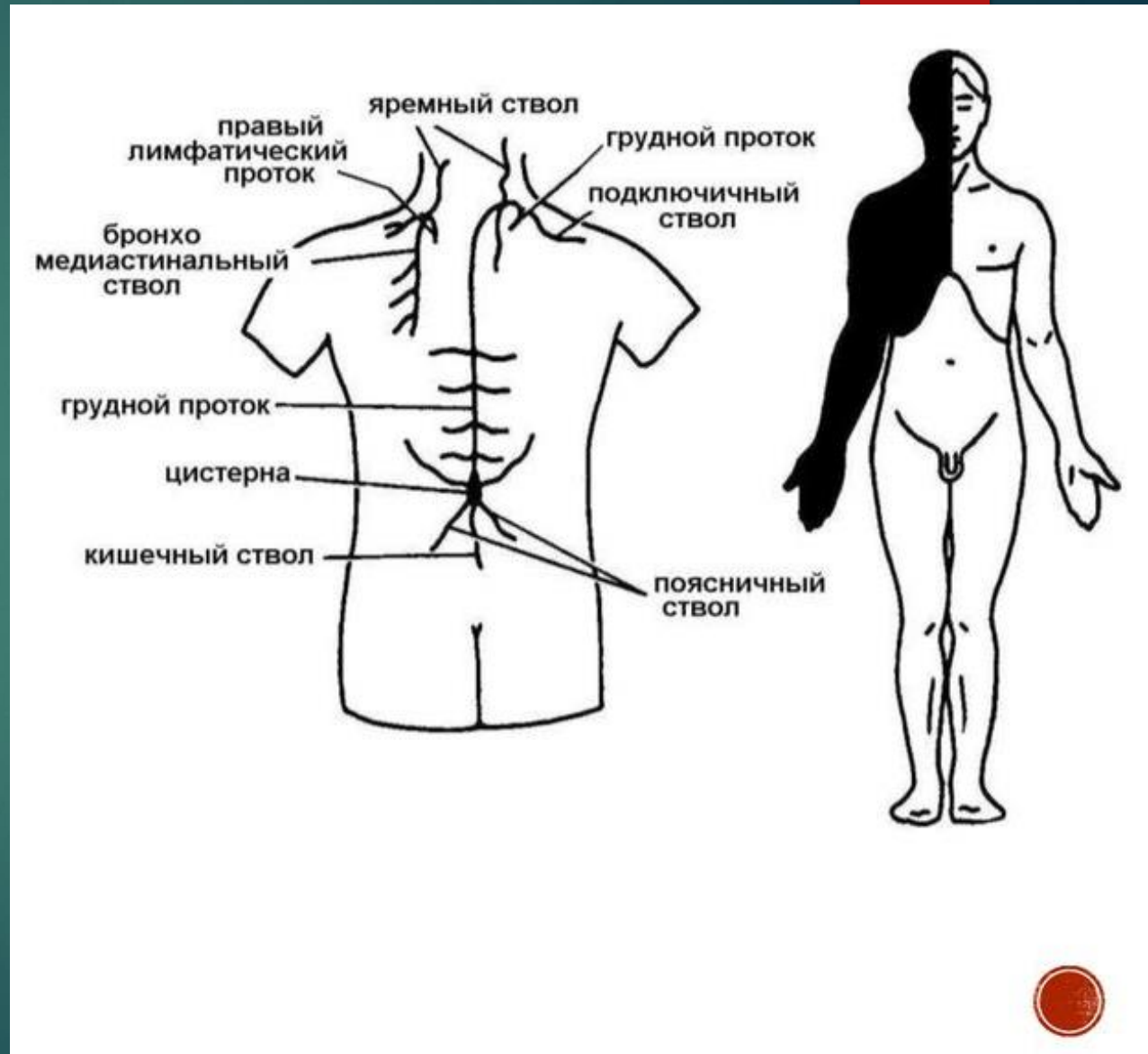
Наиболее крупным лимфатическим сосудом является грудной проток


Он берет свое начало на уровне первого поясничного позвонка. Он проходит через грудную полость позади аорты, поднимается справа от позвоночного столба в область шеи и впадает в левый венозный угол. Начальный участок грудного протока расширен и носит название млечной цистерны. В нее впадают правый и левый поясничные стволы, по которым течет лимфа от нижних конечностей, таза и стенок брюшной полости. В 40% случаев в млечную цистерну открывается непарный кишечный проток, собирающий лимфу от кишечника.



Движение лимфы

Лимфатическая система тела идет вся с низу вверх и никогда назад. С кончиков пальцев ног и до левого грудного лимфатического протока. С головы лимфа спускается вниз. Грудной проток собирает лимфу от трех четвертей тела: от нижних конечностей и брюшной полости, от левой половины головы, левой половины шеи, левой верхней конечности и левой половины грудной клетки и левого легкого. В правый лимфатически проток впадает лимфа с правой руки, правой половины грудной клетки, правой половины шеи, правой половины головы.





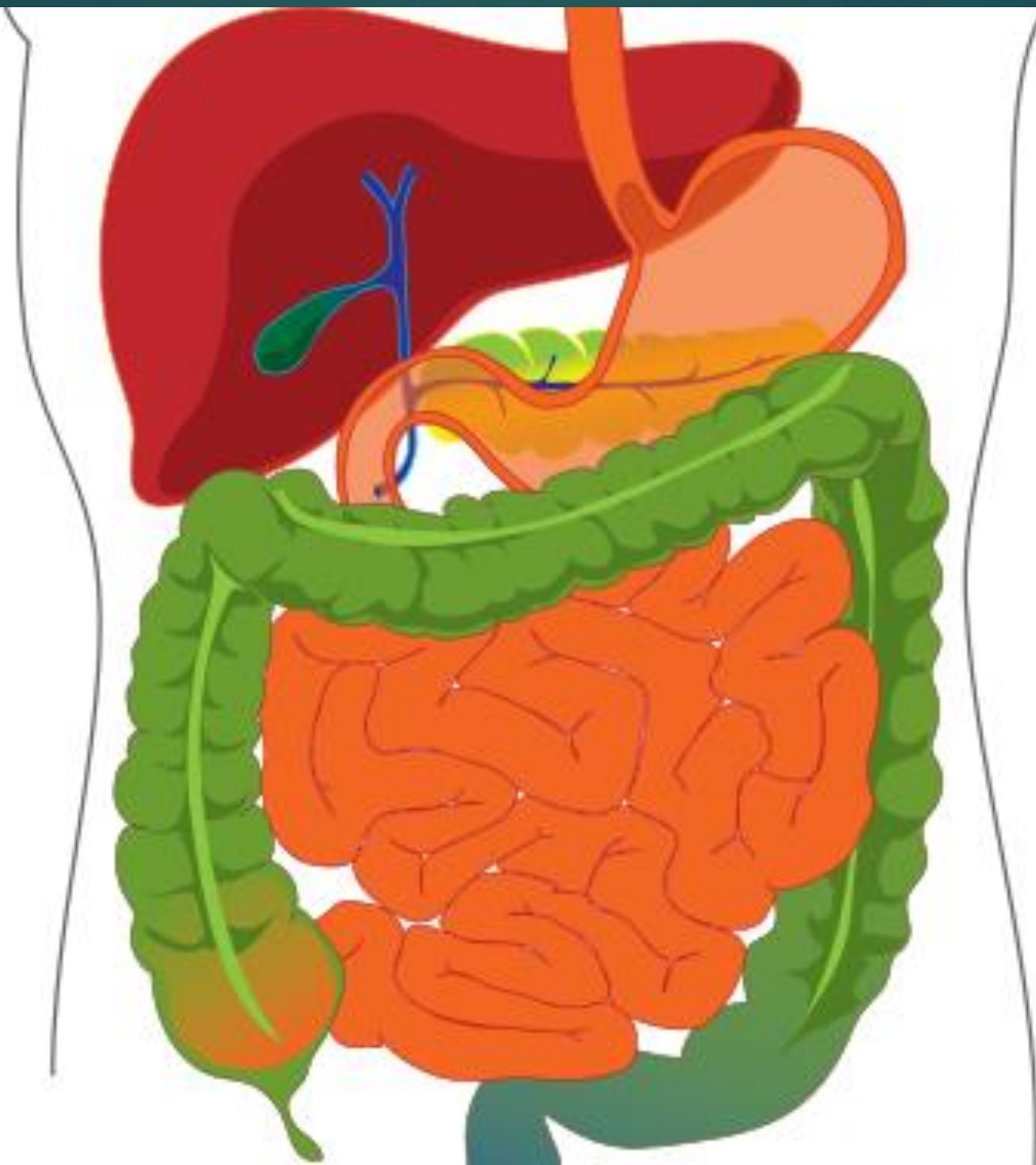
Знание расположения основных лимфатических сосудов и узлов необходимо для правильного применения массажа, который способствует наиболее быстрой эвакуации лимфы из определенных участков тела. Вместе с ней, при массажировании, удаляются продукты обмена веществ, которые скапливаются в тканях в результате физических напряжений и могут оказывать неблагоприятное действие.

Важно помнить, при жестком массаже можно повредить лимфоузлы, потому их стоит обходить. Учитывая движение лимфы по телу – с низу вверх – массажные движения нужно производить в этом же направлении, а не на оборот. Для улучшения движения лимфы во время массажа, будет очень полезно активировать грудные лимфатические протоки, к которым стремиться вся лимфа в организме.

Причины поражения лимфы: отсутствие гимнастики. Все в жизни это питание и движение. Потому рекомендуем своим клиентам зарядку.

Лимфа любит тепло. Что бы потекла лимфа, нужна температура 60 - 80 градусов. Что бы простимулировать лимфу нужно применить лимфостимулятор – солодка. Самое большое количество лимфоузлов находится в кишечнике.

Пищеварительная система



Строение

Пищеварительная система человека состоит из органов желудочно-кишечного тракта и вспомогательных органов (слюнные железы, печень, поджелудочная железа, желчный пузырь и др. Условно выделяют три отдела пищеварительной системы. Передний отдел включает органы ротовой полости, глотку и пищевод. Здесь осуществляется, в основном, механическая переработка пищи. Средний отдел состоит из желудка, тонкой и толстой кишки, печени и поджелудочной железы, в этом отделе осуществляется преимущественно химическая обработка пищи, всасывание нутриентов и формирование каловых масс. Задний отдел представлен каудальной частью прямой кишки и обеспечивает выведение кала из организма.

Желудочно-кишечный тракт

В среднем длина пищеварительного канала взрослого человека составляет 9—10 метров; в нём выделяются следующие отделы:

Рот, или ротовая полость с зубами, языком и слюнными железами.

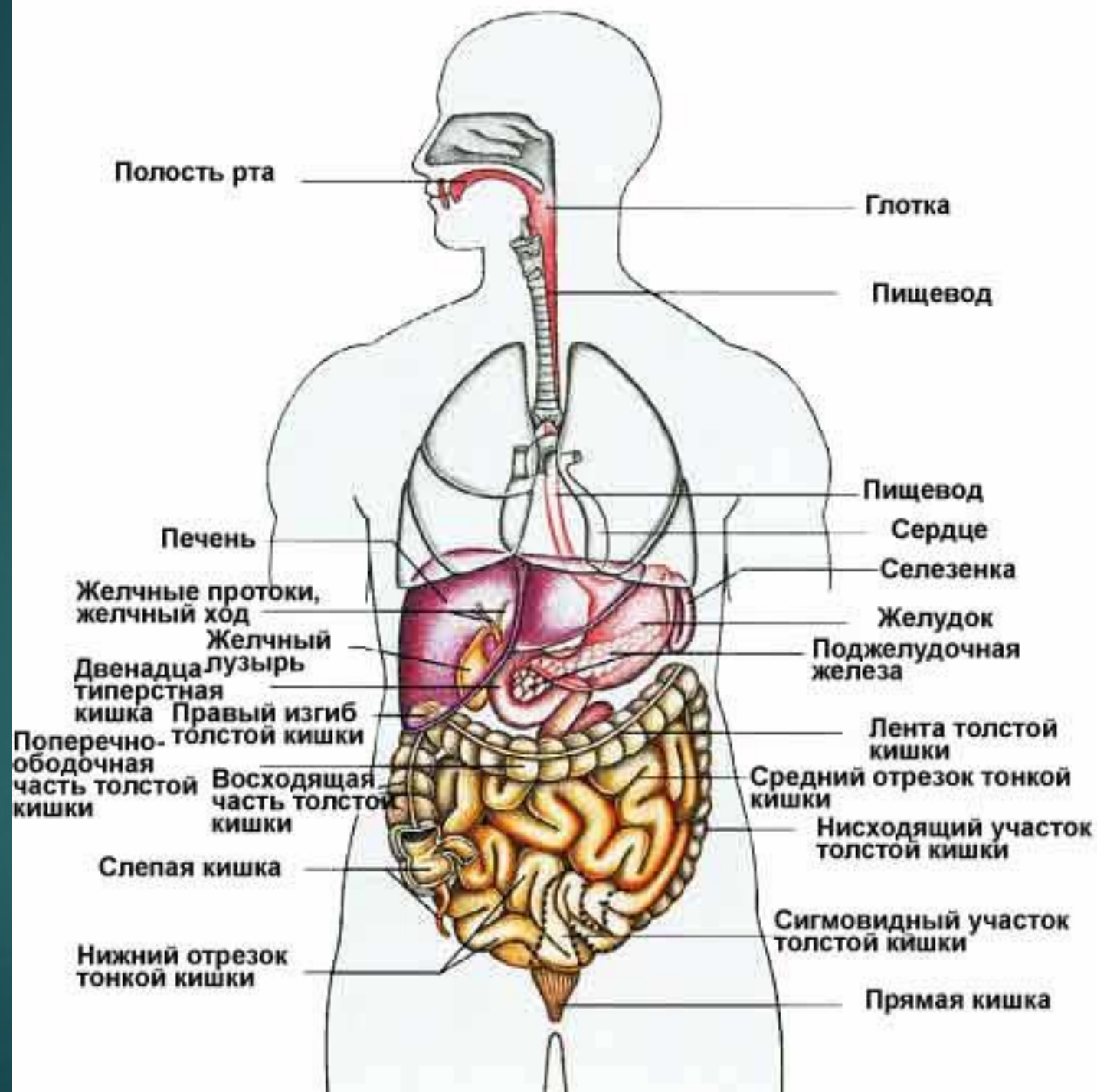
Глотка.

Пищевод.

Желудок.

Тонкая кишка (отделы : двенадцатиперстная, тощая, подвздожная)

Толстая кишка (восходящая, поперечноободочная, нисходящая, сигмовидная)



Что нужно знать о пищеварительной системе массажисту?

Массажист обязан знать строение тела человека, расположение внутренних органов, мышц и сухожилий, их прикрепление, ход нервных волокон и крупных сосудов, уметь выявлять показания и противопоказания к массажу.

Почему знание методики массажа живота - становится необходимым для массажиста? Для решения любой из задач - общее оздоровление, эстетика (коррекция фигуры), регулирование психо- эмоционального фона - не обойтись без нормализации работы ЖКТ.

Ни одна из перечисленных выше проблем просто не решается при плохом функционировании внутренних органов.

Пищеварительная система человека (лат. *systema digestorium*) осуществляет переваривание пищи (путём её физической и химической обработки), всасывание продуктов расщепления через слизистую оболочку в кровь и лимфу, выведение непереваренных остатков. Соответственно, благодаря ее работе, наш организм получает все необходимые вещества для правильной работы тканей и система человеческого тела. Потому прежде, чем обвинять себя в плохо сбалансированном питании, из-за которых не хватает витаминов, подумайте, а может просто они не усваиваются из-за плохой работы кишечника, или других органов пищеварения.

Устранение венозного и лимфатического застоев в органах и околоорганных пространствах приводит к нормализации функций этих органов и восстановлению организма в целом без использования или с частичным использованием в незначительных количествах лекарственных препаратов. Мануальные действия в области живота способствуют улучшению крово и лимфообращения, не только в нем самом, но и в области груди, головы, рук, ног.

Правильно проведённый массаж в значительной степени может регулировать состояние и функционирование внутренних органов.

Нужно работать БЕЗОПАСНО!



Нужно знать противопоказания для массажа живота:

- злокачественные новообразования;
- психические отклонения;
- кровотечения;
- тромбофлебит;
- повышение температуры на фоне инфекционного заболевания.

Так же нужно учитывать:

- Опрос клиента на наличие: камней в желчном или почках, кисты или полипы на органах;
- В случае проведения операции, должен пройти минимум год до начала работы с животом. Работать нужно мягко, а до начала пропальпировать шов и исследовать его на наличие уплотнения и болевых ощущений;
- Производить дозированное давление на область живота;
- Дозированное проникновение глубже уровня мышц живота;