

О МАССАЖЕ ЗДОРОВЫМ ДЕТЯМ. Размышления невролога.

Островерхова А.М.,

детский невролог

Существует такой отечественный «миф» о том, что здоровый ребенок до года должен обязательно пройти несколько курсов массажа. Причем, в зависимости от региона нашей страны, число «обязательных» курсов колеблется от «3 раза в год» до «раз в 2 месяца». Давайте разберемся, действительно ли общий массаж показан всем детям, и если не всем, то кому? По своему назначению массаж можно разделить на большие категории: лечебный, спортивный, косметический и в нашей стране существует еще и профилактический массаж. Последнего вида в Европе, Америке не существует как понятия. Там наш профилактический массаж отнесли бы к категории косметического, в рамках СПА - процедур. Со спортивным и косметическим массажем все понятно. Про лечебный массаж поговорим в отдельной статье. Сейчас я бы хотела сосредоточить внимание на так называемом «профилактическом» массаже детям до года. Уточняю. Здоровым детям. Первый вопрос, который возникает в голове думающего человека, а на профилактику чего направлен этот «профилактический» массаж? Все нарушения тонуса (за исключением редких наследственных заболеваний, когда поражение мышц первично), являются СЛЕДСТВИЕМ поражения центральной нервной системы. То есть, профилактикой тонусных нарушений будет хорошее ведение беременности в ЖК и мягкие естественные роды, т.к. большинство поражений ЦНС происходит именно в родах. Делать массаж для профилактики поражения ЦНС уже родившемуся ребенку все равно что намазать зеленкой здоровые коленки ребенку, который вернулся с прогулки. А вдруг он упал?

Откуда же тогда взялся этот миф о профилактике? Чего боятся мамы и врачи? Я думаю причина вот в чем. Так устроен наш организм, что повышение

тонуса при поражении ЦНС (в силу его незрелости) может сформироваться только к 4- 6 месяцам. Например, во время родов произошло кровоизлияние в мозг ребенка. Но на осмотре ребенка в месяц можно не заметить нарушение тонуса. Не потому что врач плохой, а просто потому что этот тонус ЕЩЕ НЕ НАРУШИЛСЯ. Ребенок и в три месяца может попасть на прием к неврологу, и тонус может быть вполне приличным. А вот в 4,5 или 6 родители уже замечают, что ребенок не прогрессирует в своем развитии, не переворачивается, врач видит нарушение тонуса. Начинают разбираться, находят кровоизлияние. Родители в панике - ребенок инвалид, а доктор не заметил. Доктору можно и стулом по голове захватить и в суд подать (ну так у нас в стране принято), поэтому врачу проще сразу всем подряд ставить страшные диагнозы и массаж для профилактики назначить. Если вдруг в 6 месяцев выяснится, что у ребенка и правда поражение ЦНС, то у доктора все чисто: массажи назначал, уколы колол. Только вот в этот момент о тех самых 98% здоровых детей никто не думает. Им колют уколы и делают массаж для профилактики возможных проблем у врача. Еще момент. Очень часто слышу от родителей, что ребенку делали расслабляющий массаж, а он так орал, так орал. Люди! А каком расслабление идет речь, когда ребенок орет, выгибается и напрягается? Как можно расслабить тело, когда хозяин этого тела умышленно его напрягает? Так женщин насилюют. Она орет и вырывается, ей говорят, расслабься, сейчас тебе будет приятно. Прошу прощения за такое сравнение, но другое мне в голову не приходит. Даже если ребенок очень болен и ему очень нужен массаж (не профилактический, лечебный), его никогда, слышите, НИКОГДА не делают орущему, напрягающемуся ребенку. ЭТО НЕ РАБОТАЕТ!!!

Я люблю спрашивать у родителей своих маленьких пациентов, зачем они хотят сделать массаж здоровому ребенку. После того как я уже объявила на осмотре, что никакой патологии у ребенка не нашла. Самый частый ответ - чтоб лучше развивался. Лучшее - враг хорошего. Ну куда еще лучше, когда и так уже все по табличным нормам. Оказывается, есть куда. Тане три месяца,

она лежит на животе, с высоко поднятой головой, приподнятой грудью, опирается на предплечья. Но Вася из соседнего подъезда уже переворачивается! Родители Тани хотят, чтоб она, как Вася, уже переворачивалась. Таня - спокойная девочка, она созерцатель, задумчивая... Ее очень устраивает лежать на животе, она не хочет спешить (и у нее есть время). Массажист, конечно, научит Таню переворачиваться, как Васю. Только Васины мозги она ему не вставит, Вася шустрый, пронырливый, четко видит цель, переворачивается быстро, но в то же время очень аккуратно, он не падает с дивана, он чувствует край. Таня смотрит в потолок, потом, задумавшись о прекрасном, переворачивается где-то у края дивана и падает на пол. Если бы она начала переворачиваться, как задумано природой, как заложено в нее генетически - месяцев в 4,5, она бы столько не падала, она бы мозгами до этих переворотов бы тоже доросла, как Вася, и делала бы это без опасности для своей жизни.

Современным родителям очень трудно наслаждаться тем, что есть, они очень тревожные, им спокойнее, если ребенок будет развиваться с опережением. Только о ребенке в этот момент не очень- то думают, думают о своем спокойствии.

Так что же, массаж -это вообще плохо и делать его вредно? Конечно нет. Очень здорово, когда мама делает массаж своему ребенку, не потому что надо, не чтоб он быстрее всех развивался, а просто потому что ей нравится гладить своего малыша, потому что она так с ним общается, взаимодействует. Все эти потешки и пестование ребенка имеют глубокие корни, это прекрасный вид взаимодействия и расслабления малыша. Но не более. Я часто сталкиваюсь с мамами, которые с чувством вины говорят, что вот вчера пропустила, не сделала массаж ребенку. Вот этого быть не должно. Лучше пропустить и неделю не делать массаж, чем делать его из последних сил, с диким напряжением внутри, потому что надо. Вот в таком случае не надо.

Ссылка на статью:

<http://onlinelibrary.wiley.com/.../14651858.CD005038.../abstract>