

Точечный массаж по Уманской для детей

Профессор Алла Алексеевна Уманская разработала методику точечного массажа для новорожденных детей, благодаря которой у малышек укрепляется иммунитет, улучшается кровообращение и повышаются защитные функции большинства жизненно важных систем организма. Методика Уманской основана на представлении о том, что каждый орган тесно связан с одной из точек на теле, поэтому внешнего воздействия на них вполне достаточно. Родителям, которые хотят оздоровить детей по данной методике, следует знать, что проводить ее следует регулярно, а значит, нужно запастись терпением.

При массаже по методике профессора Уманской рекомендуется задействовать всего девять основных точек. Каждая из них соответствует определенному органу.

Номер точки	Расположение на теле малыша	Область воздействия
1	Область грудной клетки.	Воздействие на эту точку улучшает защитные функции оболочек трахеи, гортани и носоглотки. Рекомендуется чаще стимулировать ее при частом кашле.
2	Расположена под гортанью.	Этот участок тела малыша отвечает за иммунную систему. Ее стимуляция помогает нормализовать работу вилочковой железы.
3	Проведите плавную дугу от мочки уха малыша до подбородка. Третья зона расположена в центре этой линии.	Воздействие на третью точку улучшает кровообращение и нормализует обмен веществ.
4	Расположена за ухом, чуть выше мочки.	Ее массаж по методике Уманской отвечает за кровоснабжение шеи и головы.
5	Расположена в районе первого грудного и седьмого шейного позвонков.	Напрямую связана с шейным симпатическим нервным узлом. Воздействие на нее также нормализует работу пищевода младенца.
6	Находится по бокам от крыльев носа.	Стимуляция этой точки нормализует работу гайморовых пазух, слизистой оболочки носа, а также гипофиза.
7	Расположена в начале надбровий.	Отвечает за работу лобных долей мозга, а также слизистой оболочки носоглотки.
8	<u>Находится в районе ушных козелков.</u>	<u>Массаж этой зоны стимулирует и нормализует работу вестибулярного аппарата, а также слухового аппарата.</u>
9	<u>Последняя точка расположена на кистях рук между большим и указательным пальцами.</u>	<u>Она отвечает за большинство жизненно важных систем организма малыша. В том числе и за головной мозг.</u>

Как проводить массаж по методике Уманской?

Перед сеансом массажа следует покормить малыша (примерно за полчаса до начала процедуры), а также поиграть с ним, поскольку для данной методики важно, чтобы ребенок находился в хорошем настроении. Комнату перед массажем следует проветрить.

Воздействовать на точки необходимо последовательно. Только в этом случае массаж по методике Уманской будет эффективным. На указанные выше зоны следует слегка надавливать подушечками большого или указательного пальцев. Третья, четвертая, седьмая и восьмая зоны согласно методике Уманской массируются растирающими движениями, производимыми в направлении сверху вниз.

