

О детском массаже можно говорить и писать бесконечно, ведь таких многогранных, почти универсальных средств профилактики детских болезней, а также укрепления иммунитета с самого раннего возраста, не так много. [Массаж для детей](#) - это и возможность ощутить любовь и заботу родителей, и залог физического здоровья, и средство предупреждения болезней, а иногда и лечения болезней. К примеру, при проблемах с тазобедренным суставом массаж может полностью помочь в устранении этой проблемы. Или же при простудных заболеваниях массаж грудной клетки может помочь улучшить дренаж бронхов и помочь им освободиться от излишней слизи, легче её откашлять, без применения отхаркивающих средств. Массаж животика младенца может помочь при коликах, улучшая моторику и помогая легче отойти излишним газам, образовавшимся в детском кишечнике. Таким образом делая

массаж грудничкам

, родители не только получают удовольствие от общения со своими детьми, но и обеспечивают им гармоничное развитие души и тела. Кроме того, всем родителям известно, что даже самое простое поглаживание или растирание приносит ребёнку море радости.

Детский массаж необходим всем детям раннего возраста потому родителям следует знать **как делать массаж ребёнку**.

Основным приёмом массажа для детей является поглаживание, может быть ещё лёгкое разминание. Во время массажа малышам не стоит применять кремы и присыпки, так как массаж – ежедневная гигиеническая процедура, и остатки этих средств могут вызвать раздражение на детской нежной коже. Лучше ограничиться лёгкими, нежными и не слишком интенсивными движениями, которые одновременно будут приятны вам и ребёнку и не нанесут вреда детскому организму. Начинать массаж следует тогда, когда ребёнок в хорошем настроении, и рад проводимой процедуре. Уложите ребёнка на твёрдую поверхность животиком вниз, полезным будет постелить под ребёнка [матрас из проса](#)

, который будет оказывать дополнительный массаж на животик, пока вы будете поглаживать спинку ребёнка, такой матрас поможет легче и быстрее избавиться от колик, микромассаж брюшной стенки поможет нормализовать моторику формирующегося кишечника и улучшит отхождение лишних газов. Потом следует перевернуть ребёнка на спинку и поглаживать животик круговыми движениями, в направлении по часовой стрелке. Если в это время под спинку ребёнка будет подстелен матрас из проса, то он обеспечит микромассаж мышц спины, тем самым поможет своевременно нормализовать их тонус. Особое внимание стоит уделить массажу ручек и ножек. Руки стоит поглаживать и слегка разминать в направлении от пальцев кисти к туловищу. Массаж пальцев и кисти, поможет в будущем легче развивать мелкую моторику у ребёнка. А как известно, мелкая моторика неотрывно связана с формированием и развитием разговорной речи, потому как участки отвечающие за эти оба процесса находятся рядом в коре головного мозга. Делая массаж ног следует

проводить поглаживания в направлении от пальцев ног, к туловищу. Стопы нужно растереть большими пальцами рук, а потом легко надавить на внешний и внутренний край стопы. Подобный массаж является одним из профилактических мероприятий для предупреждения плоскостопия у ребёнка в дальнейшем, и способствует правильному формированию стопы.

Стоит помнить, что **массаж для детей** не является разновидностью лечебного массажа, но не стоит его недооценивать, ведь он может помочь предотвратить множество болезней.

Магазин противопролежневых матрасов из проса максимально быстро и эффективно оформит Вашу заявку.

Автор - врач общей практики Ольга Завадская, для сайта <http://www.vsetka.com>