

Рейбмайр Альберт

**Техника массажа и врачебная
гимнастика**

**Москва
«Книга по Требованию»**

УДК 82-3
ББК 84-4
А56

А56 **Альберт Р.**
Техника массажа и лечебная гимнастика / Рейбмайр Альберт – М.: Книга
по Требованию, 2022. – 296 с.

ISBN 978-5-519-80461-5

ISBN 978-5-519-80461-5

© Издание на русском языке, оформление
«YOYO Media», 2022

© Издание на русском языке, оцифровка,
«Книга по Требованию», 2022

Эта книга является репринтом оригинала, который мы создали специально для Вас, используя запатентованные технологии производства репринтных книг и печати по требованию.

Сначала мы отсканировали каждую страницу оригинала этой редкой книги на профессиональном оборудовании. Затем с помощью специально разработанных программ мы произвели очистку изображения от пятен, клякс, перегибов и попытались отбелить и выровнять каждую страницу книги. К сожалению, некоторые страницы нельзя вернуть в изначальное состояние, и если их было трудно читать в оригинале, то даже при цифровой реставрации их невозможно улучшить.

Разумеется, автоматизированная программная обработка репринтных книг – не самое лучшее решение для восстановления текста в его первозданном виде, однако, наша цель – вернуть читателю точную копию книги, которой может быть несколько веков.

Поэтому мы предупреждаем о возможных погрешностях восстановленного репринтного издания. В издании могут отсутствовать одна или несколько страниц текста, могут встретиться невыводимые пятна и кляксы, надписи на полях или подчеркивания в тексте, нечитаемые фрагменты текста или загибы страниц. Покупать или не покупать подобные издания – решать Вам, мы же делаем все возможное, чтобы редкие и ценные книги, еще недавно утраченные и несправедливо забытые, вновь стали доступными для всех читателей.



Серия Книжный Ренессанс

www.samizday.ru/reprint

Предисловіе къ пятому изданію.

Г. Д-ръ Nebel въ „Лѣтописи всеобщей медицины“ Schmidt'a, т. CCXXX, стр. 193, подвергъ обстоятельной критикѣ четвертое изданіе „Техники массажа“. Такъ какъ мы съ глубокимъ уваженіемъ относимся ко всякой дѣльной критикѣ, въ особенности, если она принадлежитъ перу товарища и притомъ хорошаго спеціалиста, то мы въ этомъ изданіи измѣнили нѣкоторыя мѣста, въ которыхъ вышеупомянутая критика, по справедливости, нашла недостатки. Въ остальномъ же мы должны сохранить нашу прежнюю точку зрѣнія, такъ какъ и въ настоящее время мы не согласны съ д-ромъ Nebel'емъ относительно любимаго конька его — Zander'овской машинной гимнастики; поэтому мы находимъ болѣе справедливымъ идти не по тому пути, по которому, въ данномъ отношеніи, д-ръ Nebel желалъ бы направить всѣхъ авторовъ по массажу.

Въ этомъ изданіи такъ же, какъ и въ предыдущихъ, обращено особое вниманіе на все, вновь появившееся въ литературѣ по интересующему насъ вопросу для того, чтобы, соотвѣтственно цѣли книги, дать полный обзоръ настоящаго состоянія техники массажа.

Ниль, въ июль 1892 г.

Dr. Reibmayr.

Массажъ, какъ способъ лѣченія различныхъ болѣзней, въ послѣднее время весьма распространенъ и общеупотребителенъ. Публика, слушая иногда и преувеличенные рассказы о пользѣ массажа, требуетъ примѣненія его все чаще и чаще. И вотъ, по причинѣ этого, часто безконтрольнаго требованія, появилось довольно значительное количество масеровъ-любителей, — аматоровъ. Насколько можно судить по сообщеніямъ въ медицинской литературѣ и среди врачей, по крайней мѣрѣ въ послѣдніе годы, массажъ сталъ пользоваться большимъ и большимъ довѣріемъ. Понятно, что при всякомъ способѣ лѣченія изученіе техники этого способа играетъ не послѣднюю роль. На русскомъ языкѣ есть нѣсколько брошюръ о физиологическомъ дѣйствіи массажа: Гагмана ¹⁾, Гелледея ²⁾, Заблудовскаго ³⁾ и др., кромѣ того есть нѣсколько переводныхъ руководствъ по массажу: Hünnerfauth'a, Béla-Weiss'a, Вернера и др., по нельзя не сказать, что техническая сторона вопроса изложена въ нихъ не съ достаточной полнотою и ясностію. Переводомъ предлагаемой книги Рейбмайра желательно по возможности достигнуть по-

¹⁾ Гагманъ. Лѣченіе разминаніемъ (массажъ) „Московскій Врачебный Вѣстникъ“ № 11, 12 и 13 и отд. оттиски. Москва 1876.

²⁾ Гелледей. Массажъ. Новый способъ лѣченія болѣзней. Москва. 1880 г.

³⁾ Заблудовскій. Матеріалы по вопросу о дѣйствіи массажа на здоровыхъ людей. С. П. В. 1882 г.

полненія этого пробѣла. Объяснить на бумагѣ различныя руководѣйства, описать то или другое живое движеніе въ природѣ—конечно не легко. Для этого нужны силы и талантъ Толстого или Тургенева. Но изъ этого еще никакъ не слѣдуетъ, чтобы и простые смертные не имѣли права братья за подобныя описанія, въ особенности, если этимъ описаніемъ имѣется въ виду научить, указать тому, кто этого желаетъ, какъ въ извѣстныхъ случаяхъ принести посильную пользу, облегчить страданіе. Съ этой точки зрѣнія, сочиненіе Рейбмайра удовлетворяетъ своей цѣли вполне. Различные виды ручныхъ приѣмовъ массажа описаны толково и, снабженные недурными рисунками, дѣлаютъ это описаніе вполне понятнымъ. Я думаю, что по книжкѣ Рейбмайра можно научиться, какъ производить массажъ. А это для начинающаго уже большое облегченіе. Книжка довольно подробно знакомитъ съ различными манипуляціями, применяемыми въ массажѣ, указываетъ, какъ массировать тотъ или другой органъ, рекомендуетъ вообще правила, которыхъ строго долженъ держаться врачъ, желающій научиться массировать и только. О физиологическомъ дѣйствіи массажа сказано лишь нѣсколько словъ въ общихъ чертахъ. Желающимъ болѣе научно ознакомиться съ дѣйствіемъ массажа и его значеніемъ въ ряду другихъ способовъ лѣченія можно указать на сочиненія Буша ¹⁾, Шрейбера ²⁾ и др. Дѣйствительно, нужно ли знакомиться съ техникой, чтобы массировать, т. е. разминать и растирать? Это просто! Образованный врачъ, хорошо знакомый съ патологическими измѣненіями извѣстной болѣзненной формы, понимая сущность дѣйствія мас-

¹⁾ Общая ортопедія, гимнастика и массажъ *Д-ра Буша* пер. Ненсберга. С.-Пб. 1884.

²⁾ *D-r J. Schreiber. Praktische Anleitung zur Behandlung durch Massage und methodische Muskelübung.* Wien. 1883.

сажа, самъ легко можетъ придумать рядъ манипуляцій и получить одинаково блестящій результатъ. Мнѣ кажется, что такое мнѣніе по меньшей мѣрѣ ошибочно. При всякомъ способѣ лѣченія, даже при употребленіи извѣстныхъ фармацевтическихъ средствъ, серьезный клиницистъ вырабатываетъ планъ употребленія этихъ средствъ. Онъ знакомитъ съ этимъ планомъ своихъ учениковъ, указываетъ имъ, въ какое время, при какихъ условіяхъ, въ какомъ количествѣ слѣдуетъ употреблять эти средства. Врачу же массеру кромѣ этого нужно пріобрѣсти необходимую ловкость, чтобы не причинять боли больному понапрасну, нужно развить чувство мѣры, силы, и опытъ укажетъ ему, что въ такихъ случаяхъ болѣе приложимъ тотъ, а въ этихъ этотъ ручной пріемъ массажа. Знакомство съ этими условіями и есть та практическая опытность, которую стремится пріобрѣсти каждый практическій врачъ и которую гораздо легче и скорѣе можно пріобрѣсти готовою отъ опытнаго чловѣка, нежели самому достигнуть этой опытности. Дѣлится же этою опытностію есть нравственная обязанность каждаго правильно образованнаго врача. При такомъ отношеніи къ дѣлу достигается меньшая возможность встрѣчаться съ нравственно угнетающими случаями, выпадающими нерѣдко на долю врачей, происходящими только отъ недостаточнаго знакомства съ техникой того или другаго способа лѣченія. Испытавъ на себѣ, какъ не легко одному, знакомому лишь теоретически, начинать вести дѣло и достигать извѣстной опытности, я рѣшаюсь посоветовать слѣдующее. Врачъ, желающій заниматься и лѣчить различные недуги массажемъ, долженъ, кромѣ обыкновенной научной и клинической подготовки, ознакомиться съ фізіологическими дѣйствіями массажа и научиться производить употребляемые въ массажѣ пріемы, научиться техники массажа. И мнѣ кажется,

что тѣмъ, кому не удалось научиться technikѣ массажа въ клиникѣ, предлагаемое руководство окажетъ немалую услугу.

Предложивъ еще разъ перевести Технику массажа Рейбмайра съ значительно дополненнаго и несомнѣнно улучшеннаго изданія, я никакъ не хочу этимъ показать, что предлагаемая книжка есть вполнѣ научный трактатъ о массажѣ. Напротивъ, какъ научное произведеніе, Техника Рейбмайра заставляетъ желать весьма и весьма многого. Для знакомства съ современнымъ ученіемъ о физиологическомъ дѣйствіи массажа, объ экспериментальныхъ, клиническихъ наблюденіяхъ, необходимо обратиться къ болѣе специальнымъ сочиненіямъ и литературнымъ статьямъ. Книжка знакомитъ только съ одной техникой массажа, и я считаю вполнѣ справедливымъ сказать, что въ этомъ отношеніи сочиненіе Рейбмайра должно считаться лучшимъ. Ко мнѣ постоянно предъявляются требованія моими слушателями и слушательницами дать практическое руководство, по которому можно было бы научиться, какъ производить массажъ. Молодые силы стремятся какъ можно скорѣй научиться приносить пользу, вылечить больного и, какъ имъ ни толкуешь, что врачъ долженъ помогать больному сознательно, а не наугадъ, видимые благоприятные результаты лѣченія еще болѣе порождаютъ у нихъ желаніе научиться этимъ спасительнымъ руководствіямъ. Пятое изданіе Рейбмайра, съ котораго и предлагается этотъ переводъ, кромѣ весьма понятнаго изложенія техники приѣмовъ, снабжено весьма хорошими, ясными рисунками, которые значительно облегчаютъ знакомство съ самой техникой. Отдавая полную справедливость предлагаемой книжкѣ, я не могу не указать на нѣкоторые пропуски, неясности, и на не вполнѣ достаточное изложеніе нѣкоторыхъ отдѣловъ.

Въ общей части, толкуя о массажѣ, какъ онъ дѣйствуетъ, Рейбмайръ не вполне ясно излагаетъ обычные роды массажа. При изложеніи клиническаго курса массажа я прежде всего раздѣляю массажъ на общій и мѣстный, посредственный и непосредственный.

Рейбмайръ толкуетъ о посредственномъ массажѣ, какъ о чемъ то новомъ, и какъ бы чуть не себѣ приписываетъ его примѣненіе и объясненіе. Само собой понятно, что это увлеченіе. Въ любомъ руководствѣ о массажѣ говорится о посредственномъ его влияніи (Nebel), а у Hünnerfauth'a уже встрѣчается и дѣленіе на массажъ посредственный и непосредственный. Еще въ 1879 году въ засѣданіи Физико-медицинскаго общества, дѣлая сообщеніе о лѣченіи массажемъ дисторзіи¹⁾, я указывалъ, что разминаніе частей, лежащихъ вокругъ пораженнаго сустава, дѣйствуетъ весьма энергично и благотворно на процессъ въ самомъ сочлененіи.

Затѣмъ слѣдуетъ раздѣлить массажъ на сухой и влажный, такъ какъ есть случаи и органы, гдѣ массированіе можетъ быть допущено только сухой рукой. При исполненіи массажъ раздѣляютъ на 4 вида: 1) поглаживаніе, 2) растираніе и разминаніе, 3) поколачиваніе и 4) активно-пассивныя движенія. Рейбмайръ почему то гимнастику считаетъ чѣмъ то отдѣльнымъ отъ массажа, между тѣмъ какъ всеми специалистами она въ настоящее время считается дополненіемъ къ растираніямъ и составляетъ поэтому 4-й видъ массажа. Относительно поколачиванія сжатымъ воздухомъ à l'air comprimé, авторъ допускаетъ его только при массажѣ живота у первыихъ особъ, не упоминая о примѣненіи его въ другихъ случаяхъ. Я же этотъ видъ массажа только и примѣняю при

¹⁾ Протоколы засѣданій Физико-Медицинскаго Общества за 1879 годъ. Москва, 1880 г.

сильной гиперестезии, въ острыхъ невритахъ, и, напротивъ того, ни разу не пришлось воспользоваться имъ при брюшномъ массажѣ. Считаю не лишнимъ изъ перваго изданія привести описаніе этого вида массажа.

Ручная кисть съ плотно сложенными и слегка согнутыми пальцами образуетъ вогнутую поверхность, родъ лотка или черпака. Быстрыми движеніями только въ сочлененіи ручной кисти, не касаясь больного мѣста, массажеръ дѣйствуетъ сжатымъ воздухомъ, то сгущаетъ его, приближаясь къ больному мѣсту, то разрѣжаетъ его, удаляясь отъ него. При гиперестезіяхъ, невритахъ этимъ видомъ массажа необходимо начинать сеансъ, такъ какъ весьма легкое поглаживаніе, даже дотрагиваніе причиняетъ сильную боль. Массажъ сжатымъ воздухомъ крайне утомителенъ для врача. Рука скоро устаетъ отъ частыхъ маханій, а притупить чувствительность на столько, чтобы перейти къ легкому поглаживанію, удастся не всегда скоро. Этимъ обстоятельствомъ я и могу только объяснить, что во многихъ руководствахъ объ этомъ видѣ массажа не упоминается. Но какъ ни труденъ этотъ приѣмъ, за то эта трудность выкупается тѣмъ, что иногда даетъ возможность приступить къ такому случаю и получить хорошій успѣхъ тамъ, гдѣ безъ него нечего и думать о приложеніи массажа.

Въ специальной части описанія лѣченія массажемъ различнаго рода заболѣваній Рейбмайръ, какъ мнѣ кажется, въ недостаточной полнотѣ излагаетъ этотъ отдѣлъ. Массажъ шеи, живота, матки, какъ будто это и все. Въ своихъ лекціяхъ при изложеніи техники массажа я начинаю примѣненіемъ массажа при различныхъ болѣзняхъ суставовъ, при болѣзняхъ верхнихъ и нижнихъ конечностей. Припоминаю формы заболѣваній, указываю на дифференціальныя отличіи

тельные признаки ихъ и затѣмъ знакомя съ техникой массажа при нихъ. Далѣе перехожу къ заболѣваніямъ областей, излагаю при нихъ технику массажа и наконецъ технику массажа при общихъ болѣзняхъ *anaemii*, *neurasthenii* и пр.

Весьма понятно, что при невыполненіи вышеизложеннаго условія, и въ этомъ изданіи встрѣчаются пропуски. При массажѣ шеи и гортани Рейбмайръ имѣетъ въ виду только какъ бы одни острые случаи; случаи, при которыхъ, по крайней мѣрѣ у насъ, весьма рѣдко еще прибѣгаютъ къ массажу. Въ хроническихъ же страданіяхъ, гдѣ чаще всего приходится примѣнять массажъ, техника его не указана. Такъ, у тучныхъ особъ, ведущихъ сидячую жизнь, на затылочной области въ сторонѣ первыхъ грудныхъ позвонковъ замѣчается уплотненіе, какъ бы опухоль (міозиты шведовъ). Здѣсь, вслѣдствіе усиленнаго отложенія жира, являются условія неправильнаго кровообращенія въ затылочной области: тяжесть и приливы крови къ головѣ. Массажъ, въ такихъ случаяхъ, слѣдуетъ начинать съ мягкихъ частей, съ разминанія, поколачивания канюшономъ, а потомъ переходитъ къ довольно сильному разминанію уплотнившаго мѣста и заканчивать массажемъ затылочной области. Для этого ладонными возвышеніями ручной кисти, по преимуществу большого пальца, положенными плотно въ затылочные углубленія съ обѣихъ сторонъ, должно производить весьма сильныя растиранія въ направленіи сверху внизъ. Массажъ влажный. Нужно добиваться легкой, живой красноты кожи, пріятнаго чувства теплоты и болѣе свободныхъ движеній затылка, которыя и слѣдуетъ затѣмъ произвести активно-пассивно по всѣмъ осямъ движеній шеи. Сеансъ продолжается отъ 10 до 15 минутъ.

При тяжести въ головѣ, при затылочныхъ невралгіяхъ, при часто встрѣчающихся венозныхъ за-

стояхъ этой области, массажъ оказываетъ несомнѣнную пользу, а иногда совсѣмъ купируетъ припадокъ головной боли. По причинѣ значительной толщины мышцъ этой области, при упругой неуступчивости фасцій, облегающихъ эту часть шеи (lig. nuchae), чаще всего приходится употреблять раздавливаніе (pétrissage). Массажъ начинается сейчасъ подъ основаніемъ затылочной кости, около того мѣста, гдѣ болѣе поверхностно проходитъ большой затылочный нервъ. Возвышеніями большихъ пальцевъ, помѣщенными на вышеупомянутыя мѣста, причемъ остальные пальцы руки согнуты въ кулакъ и служатъ твердой точкой опоры, начинается массированіе. Глубоко надавливая большими пальцами, дѣлаютъ круговыя весьма ограниченныя движенія; затѣмъ экскурсія движенія удлинняется и растираніе направляется сверху внизъ по направленію къ центру. По прошествіи нѣкотораго времени, когда больной дозволяетъ безболѣзненно производить довольно энергичныя, сильныя движенія, маневръ сеанса измѣняется. Массеръ въ затылочные впадины кладетъ ладонныя возвышенія большихъ пальцевъ и, надавливая возможно глубоко и сильно, растираетъ въ вышеупомянутомъ направленіи къ центру. Остальные пальцы въ массированіи не участвуютъ, а, помѣщенные на томъ или другомъ мѣстѣ верхняго плеча, служатъ точкою опоры.

Въ этомъ изданіи Рейбмайръ ввелъ новую главу массажа сердца и легкихъ. Растираніе сердечной области, сотрясеніе грудной кѣтки давно были извѣстны и употреблялись шведскими гимнастами; въ ихъ отчетахъ мы встрѣчаемся съ весьма благоприятными результатами лѣченія сердечныхъ заболѣваній. Но шведскіе гимнасты во главѣ съ своими учителями Лингомъ и Браунингомъ для исправленія расстройства сердечной компенсаціи примѣняли не одно растираніе и трясеніе, а главнымъ образомъ надѣялись при по-