

## Manualna masaža

- 1) Povijest – historijat masaže:  
azijska tradicija, odnosno evropska;
- 2) Definicija i fiziološki učinci masaže;
- 3) Koža kao organ masaža i njen uticaj na sve sisteme (KV, CNS, PERIFERNI NERVNI SISTEM itd.);
- 4) Higijenski uslovi za prakticanje masaže (kriterij za prostor, fizioterapeuta, pacijenta);
- 5) Sredstva za masažu;
- 6) Masažni hvatovi – osnovne tehnike;
- 7) Glaćenje;
- 8) Trljanje;
- 9) Gnječenje;
- 10) Lupkanje – pljeskanje – sjeckanje;
- 11) Vibracije;
- 12) Tehnike masaže pojedinih dijelova tijela;
- 13) Masaža glave – kosmatog dijela;
- 14) Masaža lica;
- 15) Masaža vrata;
- 16) Masaža grudnog koša;
- 17) Masaža leđa;
- 18) Masaža trbuha;
- 19) Masaža gornjih ekstremiteta;
- 20) Masaža donjih ekstremiteta;
- 21) Međumasažni hvatovi;
- 22) Aparaturna masaža;
- 23) Manualna masaža kao uvod u kineziterapijske procedure;
- 24) Masaža u trudnoći, masaža odnosno priprema za dojenje (bradavice i sl.)
- 25) Masaža djeteta;
- 26) Sportska masaža;
- 27) Indikacije i kontraindikacije – za manualnu masažu;
- 28) Amputacija i manualna masaža, priprema amputacionog bataljka i protetisanje.

Prim. dr. Željko Mišanović, fizijatar