МАССАЖ И ОСТЕОПАТИЯ В МОЕЙ ЖИЗНИ. ВЧЕРА И СЕГОДНЯ.

 Остеопатия и массаж. В чём суть этих ручных техник? В чем их сходство? В чем различия? Почему в прайсах некоторых медицинских центров можно увидеть такую строчку: "за эту сумму Вы можете получить 5 сеансов у остеопата или 10 сеансов массажа"? Надо ли нам после остеопатических процедур и можно ли посещать массажиста? Как сочетается и сочетается ли остеопатическая практика и массаж?

 Подобные вопросы мне часто задают пациенты на остеопатических сеансах. Постараюсь ответить на них, исходя из своего врачебного и жизненного опыта.

 Начало будет вполне сказочным...

 Когда-то давным- давно я учился в Лениградском педиатрическом институте. За спиной остался самый сложный третий курс. Я только что устроился работать на "скорую", в кармане появились деньги помимо стипендии. И я был молод, и счастлив, и готов осчастливить и оздоровить всех вокруг.

 Где себя применить? Учился я неплохо, уже умел кое-что делать руками, давал "умные" советы родственникам и знакомым. Но этого казалось мне мало. Хотелось видеть плоды своих трудов воочию.

 И в это самое время попадается мне в газете объявление о курсах массажа в кооперативе "Обучение". Для медицинских работников! Ура! То, что нужно!

 Чему нас учили в те годы? Да, тому же массажу по Васечкину. Основные приёмы классического (шведского) массажа, их комбинации, особенности постановки рук на теле, несколько приёмов сегментарного массажа, самое поверхностное понятие о точечном массаже шиацу. Примерно так учат и сегодня на курсах для начинающих, и это правильно. Для того, чтобы создавать свои схемы и подходы в массаже, необходимо освоить базовые техники. Нам повезло с преподавателем, он оказался молодым врачом, недавно окончившим институт, был полон энтузиазма и желания передать нам свои знания и опыт. А мы с радостью, иногда чрезмерной старались оттачивать свои навыки на практике. Сколько на шеях и спинах осталось синяков и потёртостей! Но через два месяца мы получили вожделенные корочки. И пошли «в люди»…

 Я считаю, что мне повезло с пациентами. Среди них практически не было тех, кто желал массажа для удовольствия, для кайфа. Первыми были двое детишек: двухлетний в раннем восстановительном периоде после перенесённого полиомиелита и четырёхлетка с тяжёлой формой ДЦП. Они были первыми, но не самыми проблемными.

 Очень быстро я «оброс» собственной пациентской сетью. Очередь на курс массажа выстраивалась порой на два-три месяца. Я искренне стремился помочь, и пациенты старательно поправлялись. Переставали болеть спины и суставы, распрямлялись избыточные кифозы и лордозы, уменьшались рёберные горбы при сколиозах, детишки с ДЦП осваивали ходьбу, а малыши раннего возраста на радость родителям начинали ползать, садиться, вставать, говорить.

 - 2 -

 Я никогда не умел толком ни рисовать, ни лепить. Видимо, поэтому массаж стал для меня не только способом помочь ближнему, но и средством эстетической самореализации. Я, по совету древнего скульптора, искал то, что мешает пациенту быть здоровым , и старался «убрать всё лишнее». Видя, как преображается под моими руками его тело, как раскрывается зажатая стрессами душа, я испытывал истинное наслаждение художника, создающего мировой шедевр.

 В этот же период я много фотографировал пациентов до начала курса и после его окончания. Эти портфолио стали на долгие годы основным средством моей саморекламы, как врача-массажиста. Мало порой бывает рассказать потенциальным пациентам, какие у тебя замечательные руки, надо представить «вещественные доказательства» своих достижений. Пациенты, которых я фотографировал, довольные результатами нашей совместной работы, не возражали против демонстраций своих фото другим болящим и страждущим.

 Лет десять я прожил в непрерывном движении: двое-трое суток в неделю на «скорой», а между сутками два-три-пять массажных пациентов, иногда в разных концах города. Сейчас трудно представить, как хватало на всё времени и сил. Но я был востребован и заслуженно гордился своими достижениями. Кроме того, массаж давал реальную прибавку к нашему семейному бюджету. У меня никогда не было лицензии. Когда в конце девяностых я решил легализоваться, оказалось, что по российским законам врач не может заниматься медицинским массажем. И я продолжил свои «неуставные взаимоотношения» с пациентами.

 На самом деле, это странно. За последние пару веков врачи занимались массажем много и часто. Терапевты отстукивали мокроту из лёгких и восстанавливали перистальтику кишечника после инфекций, хирурги занимались восстановлением двигательных функций после травм, полостных операций и ампутаций, акушеры готовили будущих матерей к родам, педиатры с помощью массажа боролись с рахитом, дистрофиями и нарушениями осанки. Как, когда и почему вдруг врача отстранили от проведения массажных процедур, отдав их всецело в руки среднего медперсонала? Я не знаю. Но по собственному опыту могу сказать: врачебные знания помогают обогатить массажную практику и могут превратить её в истинное искусство.

 Итак, я вполне реализовался как врач «скорой» и врач-массажист. Достаточно сказать, что мои коллеги вызывали меня к своим родственникам по «скорой» и доверяли мне своих детей на массаж. И однажды совершенно случайно в пригородной электричке я встретил своего бывшего однокурсника. После института он получил специализацию невролога, занимался кинезиологией и закончил в начале двухтысячных РВШОМ (Русскую высшую школу остеопатической медицины). И он пригласил меня учиться на остеопата.

 К тому моменту я был знаком с термином «остеопатия» весьма поверхностно. Достаточно вспомнить роман Марти Ларни «Четвёртый позвонок», высмеивающий саму идею «излечения руками». Книги по мануальной медицине также оставляли массу вопросов, хотя и заявляли порой о своей «истине в последней инстанции» в лечении проблем позвоночника и суставов.

 В остеопатическую школу в результате я « шёл» пять лет. Четыре года я пытался понять, зачем оно мне надо и год я откладывал деньги на специально заведённую для этого банковскую карту. Очень сложно было пойти учиться, имея зарплату на «скорой» в 25 тысяч рублей в месяц, зная, что раз в два месяца придётся отдавать ещё большую сумму за неделю учёбы. И так 5-6 раз в год. И так 3-4 года подряд.

 - 3 -

 Тем не менее, я подал документы в РВШОМ. И здесь наконец-то я узнал, что занимался остеопатией уже более 15 лет. Оказывается, основной целью остеопатической процедуры и является нахождение того, что мешает телу пациента быть здоровым. Остеопаты называют это «первичным остеопатическим поражением». Надо убрать это «лишнее», и организм сам запустит программу восстановления здоровья и благополучия. Более пятнадцати лет я «изобретал велосипед», комбинируя методики классического, китайского, тайского массажей, акупрессуры, сегментарной работы, мобилизаций и манипуляций на суставах конечностей и позвоночника, постизометрической релаксации и т.д. Учась в остеопатической школе, я узнал, что все те же оздоровительные эффекты можно получать с гораздо меньшими затратами времени и сил.

 Сегодня я могу констатировать, что эффективность моих остеопатических процедур по отношению к проводимым ранее мною массажами примерно один к семи, один к десяти. За одну встречу я добиваюсь семи-десятикратного успеха в решении проблем пациента и могу себе позволить встречаться с ним через 2-3 недели, а то и через 2-3 месяца. Кроме того, массаж как таковой не относится к холестическим (целостным) оздоровительным методикам, будуче направлен на решение отдельным симптоматических проблем.

 Поэтому между нашими свиданиями пациент может и помассироваться, и сходить на электрофорез, и посетить гирудотерапевта или специалиста по иглорефлексотерапии. Если решена проблема «первичного остеопатического повреждения», то любые оздоровительные процедуры будут в тему, помогая организму справиться с болезнью. Основанная на хорошем знании анатомии и развитой пальпаторной чувствительности остеопатическая методика поистине творит «чудеса по прейскуранту».

 Хочется высказать искреннюю благодарность памяти Эндрю Тейлора Стилла, сформулировавшего идею остеопатической работы с телом, и Саттерленда, зачинателя краниального (черепного) подхода в остеопатии, Виоле Фрайман , Пейлораду , Дрюэлю и Барралю, обучавшим первых российских врачей остеопатическим методикам и всем сегодняшним преподавателям остеопатии в России, не только работающим в РВШОМ, хотя эта школа и является по праву первым учебным заведением в нашей стране, выпускающим дипломированных специалистов по остеопатии.