



Маленькому ребенку трудно самостоятельно откашливать мокроту, особенно если она тяжело отделяется от бронхов. Помочь ему в этом можно с помощью перкуссионного массажа грудной клетки, который легко выполнить в домашних условиях.

Перкуссионный массаж при кашле улучшает кровообращение в области спины и груди ребенка, облегчает выведение мокроты из бронхов и помогает ее легко откашлять. Это отличное дополнение к основному лечению!

1. Уложите малыша на живот и положите под таз подушку или валик из полотенца, чтобы таз оказался выше плеч. Ручки ребенка должны быть вытянуты вперед.
2. Вначале сделайте несколько проглаживающих движений ладонями по спине, чтобы кожа спины немного разогрелась. Старайтесь не затрагивать позвоночник, особенно если массаж выполняется для ребенка раннего возраста.
3. Движения ладонями вдоль позвоночника снизу вверх – от ягодиц до линии плеч.
4. Горизонтальные движения ладонями от позвоночника к бокам
5. Далее можно приступать непосредственно к перкуссионному массажу от кашля. В течение 15 минут простукивайте подушечками пальцев между ребрами: сначала в нижнем отделе легких, а затем все выше и выше.
6. Через каждые 2-3 минуты ребенка необходимо сажать в вертикальное положение и помогать ему откашляться.
7. Малышам младше 1 года также можно делать перкуссионный массаж, но в этом случае длительность процедуры должна составлять не более 5-10 минут и массаж выполняется через ладонь: левую ладонь положите на область легкого, а пальцами правой простукивайте через нее.

откашляться.

При температуре выше 38°C массаж лучше не делать. Сначала стабилизируйте температуру тела у ребенка! При правильном выполнении перкуссионный массаж от кашля не должен доставлять малышу болезненных ощущений. Если малыш жалуется на боль, возможно, вы прикладываете слишком большое усилие!





