

عنوان مقاله:

تاثیر ماساژ و تغذیه سالم بر کودکان و بزرگسالان

محل انتشار:

کنفرانس بین المللی علوم کشاورزی، گیاهان دارویی و طب سنتی (سال: 1396)

تعداد صفحات اصل مقاله: 20

نویسنده:

آیات فاطمی اصل - مدیرعامل شرکت سلامتکده آیات طب اروند

خلاصه مقاله:

تماس پوستی و لمس ملایم باعث ایجاد آرامش و اطمینان خاطر در کودکان میشود و ماساژ کودک راهی است برای تقویت احساس امنیت در وی همچنین تحریکات حسی باعث تقویت هوشیاری و تسریع تکامل عصبی کودک میشود و این اقدام به روند دلبستگی متقابل کمک می کند. ماساژ بر روی عضلات/ سطح پوست/ مفاصل/ تاندونها/ رگ های لنفی/ دستگاہها و اندامها صورت می پذیرد. ماساژی که بر روی کودکان CP اسپالستیک صورت می گیرد بیشتر حالت مهاری دارد یعنی، ماساژ بایستی کمک به کاهش تنوسیتة عضلات صورت پذیرد. از جمله می توان به ماساژ Retrograde و یا ماساژ غمز و دلک اشاره کرد. در این مقاله ابتدا به تاثیرات ماساژ بردن کودکان و بزرگسالان اشاره شده است. همچنین تاثیر تغذیه سالم مورد مطالعه قرار گرفته شده است

کلمات کلیدی:

ماساژ کودک ، نوزاد نارس ، استرس ، تغذیه سالم ، غمز و دلک

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/740467>

