

УДК 621.3

УСТРОЙСТВО И ПРИНЦИП РАБОТЫ ЭЛЕКТРОМАССАЖЕРОВ

Лычковский М.И., Костюк М.Н.

Научный руководитель – старший преподаватель Михальцевич Г.А.

Электрический массажер – самое эффективное и ценное электронное устройство для массажа мышц. Он включает в себя специальные механизмы, которые медленно нажимают и переворачивают кожу пользователя.

Электрические массажеры вошли в нашу обыденную жизнь не так давно, но заняли в ней весомую нишу. Вместо того, чтобы платить много денег на сеансах массажа в салоне, инвестировать в такое устройство намного дешевле, так как современные массажеры не хуже профессионалов решают поставленную задачу: способны быстро успокоить и обезболить, стимулировать кровообращение, снять усталость, отрегулировать функции организма.

Рассмотрим пользу такого массажа, показания и противопоказания к применению, а также существующие виды электромассажеров.

Принцип работы электромассажера

Все электрические приборы для массажа имеют различную конструкцию, но принцип работы у всех одинаков. Они состоят из двигателя и ударных механизмов или роликов, которые, при поступлении электрического тока, совершают разнообразные по силе и интенсивности движения. Это имеет положительный эффект для всего организма человека: мышцы расслабляются, прекращаются болевые ощущения улучшается кровообращение. Использование приборов помогает бороться с *отложением солей* в отделах позвоночника.

Электромассажер – это универсальное приспособление, с помощью которого можно проводить процедуры на любом участке тела.

К выбору массажера необходимо подходить с точки зрения пользы от прибора. Ведь он может использоваться как для лечебных целей, так и для профилактических. Без рекомендации врача чаще всего покупают устройство, позволяющее снять усталость.

Виды и конструкция приборов

1. **Ручной электрический массажер** – самый бесхитростный и недорогой прибор. Его корпус изготовлен из пластика. Работает устройство от розетки или от аккумуляторных батареек. Используется для выполнения самомассажа, имеет комфортную конструкцию, позволяющую делать массаж без посторонней помощи. Пример его использования изображен на рисунке 1.



Рисунок 1. Ручной электромассажер и его применение

Преимущества: в комплекте идут многофункциональные насадки, увеличивающие функциональность прибора, многоскоростной режим работы. Некоторые современные ручные массажеры оснащены *инфракрасным излучателем*, который способствует устранению отеков.

Недостатки: непродолжительность использования вследствие удержания в одной руке.

2. Подушка-массажер

Один из вариантов его исполнения изображен на рисунке 2.



Рисунок 2. Подушка-массажер

Применяется для массажа шеи и спины. Характеризуется расслабляющим действием для мышц данной области. Массажные ролики, вращающиеся во всех направлениях, обеспечивают хорошую разминку мышц. Расслаблению и снятию спазм способствует инфракрасное излучение.

3. Воротник

Вариант его применения изображен на рисунке 3.

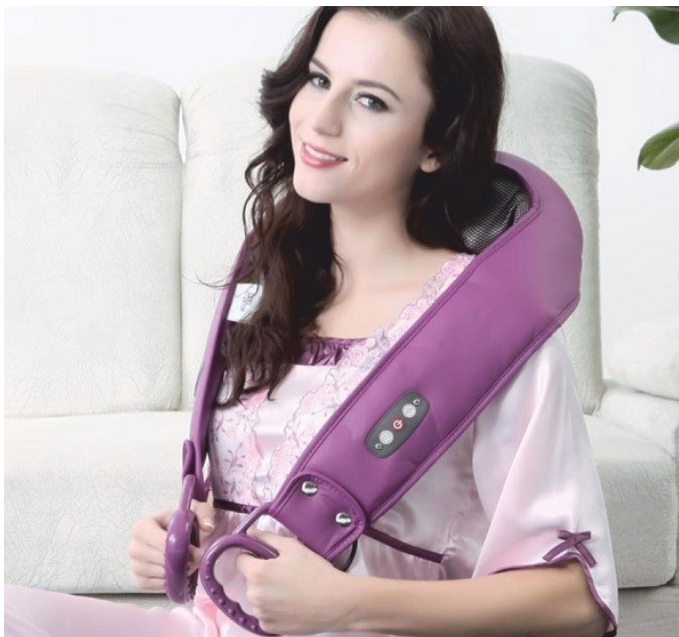


Рисунок 3. Массажер типа воротник и его применение

Массажер представлен в виде шарфа, изготовленного из мягкой ткани, который обеспечивает комфортное проведение процедуры. Во время вибрационных движений массажера нервная система успокаивается, а мышечная приходит в тонус. Теплая ткань оказывает согревающий эффект. Прибор улучшает общее самочувствие.

Преимущества: универсальность, большой выбор режимов работы, бесшумный.

4. Накидка-массажер



Рисунок 4. Накидка-массажер

Изготавливается в нескольких вариантах. Один из вариантов его исполнения изображен на рисунке 4.

Например, из ткани, натуральной или искусственной кожи. Форма данного массажера напоминает собой накидку-чехол со встроенными роликами разной формы, которая надевается на кресло. Вращающиеся ролики оказывают

массажный эффект на мышцы спины и шеи, расслабляют и возвращают человеку работоспособность.

Преимущества: возможность использования дома, на работе или в автомобиле.

5.Массажер-ранец

Пример его использования изображен на рисунке 5.



Рисунок 5. Массажер-ранец

Самым современным вариантом исполнения массажеров являются ранцы. Поэтому все модели оснащены по последнему слову техники, и имеют широкий функционал. Хороший результат достигается путем регулировки шлеек. Массажер должен плотно прилегать к поверхности спины.

Преимущества: позволяет получить массажный эффект во время прогулки на свежем воздухе.

Недостатки: питание обеспечивается только от аккумуляторов, которому необходима своевременная их зарядка.

Показания к использованию:

- постоянно переутомление и дискомфорт мышц;
- легкое искривление позвоночника;
- большие нагрузки на позвоночник и шею;
- ослабленный тонус мышц.

Массажер принесет выгоду людям, которые ежедневно занимаются спортом, а также людям, у которых сидячий образ жизни связанный с работой.

В заключении, хотелось бы сказать, что с появлением электрических массажеров, можно, почти полностью, отказаться от частых посещений врачей, работающих в данной сфере. Можно с уверенностью сказать, что электромассажеры являются не только полноценной заменой обычного массажа, но в некоторых моментах преобладают над ними. Данные приборы

нужно использовать грамотно и во многих случаях по назначению врача, тем самым они помогут владельцам стать на здоровый путь жизни.

Литература

1. Электрический массажер для спины и шеи [Электронный ресурс] // режим доступа: <http://tehnika.expert/dlya-zdorovya/massazher/elektricheskij-dlya-spiny-i-shei.html>
2. Какие существуют электрические массажеры для спины и шеи: преимущества и особенности использования [Электронный ресурс] // режим доступа: <https://sovetexpert.ru/elektricheskij-massazher-dlya-spiny-i-shei.htm>
3. Вред и польза автоматического массажа для здоровья человека [Электронный ресурс] // режим доступа: <http://zeleneet.com/vred-i-polza-avtomaticheskogo-massazha-dlya-zdorovya-cheloveka/21558/>