

Міністерство освіти і науки України  
Північно-Східний науковий центр НАН України та МОН України  
Національний університет  
«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»

# Тези

**73-ї наукової конференції професорів, викладачів,  
наукових працівників,  
аспірантів та студентів університету**

**Том 2**

**21 квітня – 13 травня 2021 р.**

Полтава 2021

### Література

1. Васичкин В.И. *Справочник по массажу*. – Л.: Медицина, 1991. – 176 с.:ил.
2. Белая Н.А. *Лечебный массаж*. – М.: Советский спорт, 2001. – 304 с
3. А.М. Тюрин, В.И. Васичкин *Техника массажа*.

УДК 615.83

Н.О. Ковтун, студентка 2 курсу  
спеціальності 227 «Фізична терапія, ерготерапія»  
Науковий керівник: В.І. Горошко, к.мед.н., ст. викладач  
Національний університет «Полтавська політехніка  
імені Юрія Кондратюка»

## ПОЗИТИВНИЙ ВПЛИВ ТОЧКОВОГО МАСАЖУ ПАРАОРБІТАЛЬНОЇ ЗОНИ НА ЗІР ПРИ МІОПІЇ У МОЛОДІ

Зір – це найпотужніше джерело інформації про навколишній світ. 85-90% інформації надходить у мозок через візуальний аналізатор. Порушення його функцій викликає багато відхилень у фізичному та психічному розвитку. Тому розробка нових методів лікування міопії не втрачає своєї актуальності. Вчені всього світу вивчають явище точкового масажу в Китаї. У самому Китаї традиційна медицина отримала статус державного службовця, що дозволяє призначати широкий спектр точкового масажу при різних станах органів зору, включаючи міопію.

**Метою** даної роботи стала клінічна оцінка ефективності застосування масажу біологічно активних точок (БАТ) параорбітальної зони в комплексному лікуванні міопії та її профілактиці у молоді[1].

**Матеріали та методи.** Генеральна сукупність спостережуваних склала 18 (36 ока), які страждають міопією у віці 18-20 років. Терміни спостереження – від 1 місяця до 3 місяців[2].

**Результати дослідження.** З метою репрезентативності дослідження хворі були розділені на дві однорідні групи. До першої групи увійшли 8 студентів-добровольців, які щодня проводили самомасаж БАТ параорбітальної зони. Другу контрольну групу склали 8 студентів, яким точковий масаж не призначали. Усі студенти мали стандартне зорове навантаження та подібний раціон харчування(співвідношення білків, жирів, вуглеводів відповідали віковим нормам). Масаж очей проводили в положенні сидячи. Комплекс включав 4 вправи.

Вправа 1. Легке натискання точки Цін-мін (V), яка знаходиться всередині від внутрішнього кута ока на 0,3 см [3]. Великими пальцями обох рук злегка натискаємо 8 раз ці точки в бік перенісся.

Вправа 2. Круговий масаж орбіти. Великі пальці обох рук встановлюємо на точку Тай-ян (PC9). Вона розташовується на горизонтальній лінії від середини відстані між латеральним кутом ока і кінцем брови на 1 цунь в поглибленні на скроні[3]. 4 рази проводимо

натискання подушечками великих пальців на ці точки, а подушечками вказівних пальців 4 рази обводимо навколо очей.

Вправа 3. Злегка натискаємо на точку Си-бай (E2), яка розташована вертикально нижче зіниці на 1 цунь нижче центру нижнього краю орбіти[3], подушечками вказівних пальців 4 рази у напрямку досередини, 4 рази – назовні.

Вправа 4. «Сухе умивання». Пальцями обох рук проводимо кругові рухи від рота до носа, до чола і по точці Тай-ян збоку. Вправу повторюємо 4 рази[3].

Щоденне застосування точкового масажу параорбітальної зони у студентів з міопією дозволило значно підвищити якість зору. Зникли затуманення при напруженій роботі, рідше турбувала сльозотеча.

Всім пацієнтам перед початком та після закінчення експерименту рекомендовано було пройти огляд офтальмолога. Переконливого покращення зору не спостерігалось. Але у 3 студентів (37,5%) з початковими стадіями міопії виявлено достовірне підвищення гостроти зору. У контрольній групі у 1 студента (12,5%) було відзначено підвищення ступеню міопії, тенденція зниження гостроти зору. З огляду на те, що кількість студентів, які приймали участь у експерименті, була незначною, експериментальні дані не можна рекомендувати до офіційного впровадження в практику лікування і профілактики міопії. Проте позитивний ефект від масажу дозволяє продовжити серію експериментів та досягти повної доказовості позитивного впливу точкового масажу на хворих з міопією.

#### **Висновки.**

1. Щоденний масаж БАТ параорбітальної області дозволяє підвищити якість зору.

2. Призначення точкового масажу параорбітальної області у 37,5% хворих з початковими стадіями міопії сприяло достовірному підвищенню гостроти зору.

3. Поєднання масажу БАТ параорбітальної області зі стандартною медикаментозною терапією можна розглядати як метод профілактики розладу зорових функцій.

#### *Література*

1. Вакуленко Л.О. *Основи масажу.* / [Л.О. Вакуленко, З.П. Прилуцький, Д.В. Вакуленко, С.В. Кутаков, Н.Ю. Лучишин]. – Тернопіль: ТНПУ, 2013. – 132 с.

2. Вербов А.Ф. *Основи лечебного массажа.* – 5-е изд., доп. И перераб., – М.: Медицина, 1966.

3. Сегментарний точковий масаж довідник URL: <https://imedic.kiev.ua/uk/statyi/massazh/lechebnyj-massazh/1521-segmentarnyj-tochechnyj-massazh> (дата звернення 21.03.2021)