**Все знают, что такое массаж. Это весьма приятное воздействие на организм, если выполняется умелым массажистом с хорошими руками.**

**Считается, что массажем можно вылечить до 80% процентов заболеваний. В чем же секрет? Всё очень просто, когда идет воздействие подобного рода, то организму механически помогают усилить кровоток, вывести токсины из тканей, насытить клетки тела кислородом и питательными веществами. Кто проходил сеансы массажа, знают, что после манипуляции необходим полежать – прийти в себя. Может зазнобить и даже закружиться голова. Настолько активизируются восстановительно-очистительные процессы. Массаж проводится чаще всего курсами, от 5 до 15 сеансов. После начала курса часто слегка обостряются имеющиеся проблемы, с тем, чтоб затем уйти.**

**Это нормальное явление. Но то, вы скажете, массаж для людей, а мы тут рассматриваем массаж для собак. В чем же похожесть и в чем разница?**

**Собаки, как и мы, - теплокровные, млекопитающие. С более высоким обменом веществ и своей физиологией. Более выносливые к нагрузкам и температурным колебаниям. Это хищники. Потому, безусловно, различия существуют. Но не столь сильные, как можно было бы ожидать. Потому им подходят основные приемы и методы массажа. Массаж классический и лечебный.**

**К лечебным массажам относится так называемый лимфо-дренажный, который применяется при различных заболеваниях. И назначается непосредственно врачом. Ниже я расскажу о парочке таких лечебных приемов.**

**Но для начала- про классический массаж. Расслабляющий, применяемый после нагрузок, и разогревающий или стимулирующий, перед нагрузками.**

**Основа любого массажа, верный настрой, правильность движений и определенный темп, ритм, определяющие какой именно массаж вы собираетесь проводить**

Для того, чтобы сделать простой массаж своей собаке нужно немножечко терпения и много любви, не обязательно быть профессиональным массажистом или врачом. На массаж, животные обычно отзываются весьма благодарно. И даже самые нервные собаки , рано или поздно находят приятным, что их гладят. **Самый простой способ, это что-то вроде обыкновенного поглаживания, легкого растирания круговыми движениями, – для этого делайте медленные круговые движения ладонями или пальцами.** Так можно массировать все тело собаки, особенно крупные мышцы на бедрах и вдоль спины, шею и бока. Этот прием успокаивает и расслабляет мышцы, улучшает эмоциональный контакт с питомцем.

**Владельцам очень крупных или очень мелких собак** могут быть особенно интересны обычные приемы классического массажа, применяемого как здоровым животным, так и при проблемах опорно-двигательной системы. Ведь именно эти породы более всего подвержены специфическим заболеваниям костей и суставов. Нормальный вес средней собаки — 15—18 кг. Представители пород, которые намного тяжелее или легче этих показателей, часто страдают от болей в суставах. В этих случаях массаж помогает питомцам избавиться от неприятных ощущений.

**Некоторые приемы массажа животных**

Перед массажем разомните немного свои кисти и предплечья. Сделайте несколько глубоких вдохов и погладьте своего питомца, ласково приговаривая что-нибудь. Так вы оба настроитесь на массаж. Обязательно займите удобное положение, чтобы не приходилось тянуться или нагибаться, делая массаж. Очень важно, чтобы вам было так же удобно, как и вашему животному. Маленькую собачку можно массировать и на столе. Особенно это касается лечебного воздействия. Крупную можно массировать и стоя, и уложив на коврик, или диван.

**Прием 1**. С легким нажимом совершайте круговые движения небольшого диаметра, двигаясь по мышцам, расположенным вдоль позвоночника. Выполняйте движения сначала по часовой стрелке, потом — против. Нажим постепенно усиливайте.

**Прием 2**. Двигаясь по позвоночнику от затылка до крестца, нажимайте на все акупрессурные точки. Время воздействия на одну точку — 2—3 секунды.  
 **Прием 3**. Круговыми движениями слегка помассируйте основание черепа. По мере того, как животное будет расслабляться, смещайте вращения вперед, постепенно захватывая все большую область, включая переднюю сторону шеи. Не нажимайте на трахею и глотку. При массаже под ушами будьте очень осторожны: здесь расположены лимфатические узлы.

*- Лечебный массаж - прекрасное дополнение к ветеринарному лечению, обеспечивающее больному или травмированному животному некоторый дополнительный стимул, способствующий выздоровлению.* ветеринар Майкл У. Фокс

**Несколько предостережений для тех, кто собрался делать лечебный массаж для животных**   
Никогда не делайте массаж животному, если у него лихорадка, шок, очень тяжелое состояние или тепловой удар. А вот перечень состояний, при которых всякое мануальное воздействие должно ограничиваться очень легким массажем кончиками пальцев: недавно перенесенные переломы, растяжение мышц, разрывы мышц и связок, разрывы дисков, острое воспаление в результате укуса или инфекции, отечность, усеянная кровянистыми пузырями, увеличение лимфатических желез, свежие порезы, синяки, ссадины или недавно образовавшиеся рубцы, а также наличие областей повышенной чувствительности. (В подобных случаях надо как можно скорее обратиться к ветеринару.)

Если ваш любимец болен или ослаблен, для процедуры массажа уложите его как можно удобнее. «Массажным столом» может послужить мягкое одеяло или коврик из мягкого пенопласта. Если в комнате холодно, подложите матрац с электрическим подогревом, который обеспечит животному дополнительный комфорт и расслабит напряжение мышц.

Технике массажа легко научиться, её нетрудно применять, при этом массаж — весьма дешёвый метод лечения, это старейшая терапевтическая форма, которую использовали ещё в древности...

Массажная терапия — это манипулирование мягкими тканями организма, имеющая определённые цели — дренирование, релаксацию, стимуляцию. Кроме того, массаж способствует облегчению проблем, связанных с мышцами, воздействием на триггерные точки и точки напряжения. Массаж эффективно способствует нормальному функционированию организма.  
Массаж усиливает циркуляцию жидкостей тела (крови и лимфы), в результате чего активизируется снабжение организма кислородом. В свою очередь, усиленное снабжение кислородом действует тонизирующе, улучшая метаболизм, сокращая период выздоровления, особенно у старых и выздоравливающих животных.  
Массаж препятствует образованию фиброзной «спаечной» ткани, которая образуется в результате воспалений, вызванных травмами (растяжения сухожилий, ушибы) или ранами. Спаечная ткань может являться причиной уменьшения гибкости и появления болезненности при движениях животного...

Если вы готовитесь делать массаж своей собаке, вам, помимо элементарных знаний анатомии и физиологии, необходимо владеть техникой массажа. Для достижения оптимальных результатов нужно всё своё внимание сосредоточить на собаке. Если всё ваше внимание обращено на собаку, вы будете более тонко чувствовать структуру тела собаки и правильно оценивать потребности животного в массаже. Забудьте на время обо всех личных тревогах и заботах, чтобы полностью углубиться в работу. Избегайте делать массаж в состоянии стресса, тревоги, усталости или страха. Все эти ваши чувства передадутся посредством прикосновения животному. Постарайтесь расслабиться и создать положительный настрой. Иначе говоря, каковы будете вы, такой же станет и ваша собака. Если ваши мысли витают где-то далеко, это негативно отразится на качестве и эффективности массажа, и первым, кто это почувствует, будет ваша собака...

[**Массажные движения**](http://www.biglik.ru/health/care?id=691:1&catid=38:hygiene#mas)

[**Массаж согревающий**](http://www.biglik.ru/health/care?id=691:1&catid=38:hygiene#sogr)

[**Массаж расслабляющий**](http://www.biglik.ru/health/care?id=691:1&catid=38:hygiene#ras)

Все больше любителей собак и профессионалов обращают внимание на то, что на здоровье и поведение собак в огромной степени влияет стресс. Стресс признан одной из самых распространенных причин возникновения проблем у наших четвероногих друзей.

Массаж расслабляет мышцы и позволяет чувствовать себя лучше. Попробуйте на себе! Массаж благотворно и равномерно воздействует на весь организм, активизируя все системы: сердечно-сосудистую, мышечную, нервную, причем активизируется и взаимодействие этих систем между собой. **Массаж широко применяют для профилактики и облегчения стрессов**, а также для помощи во время восстановительного периода после травм.

Кроме того, процесс массажа положительно влияет и на того, кто его делает. Исследования уже давно показали, что тактильный контакт с домашними животными оказывает на людей благотворное воздействие. Весьма вероятно, что эффект имеет и обратную связь – для собак физический контакт так же важен, как и для людей. **Само прикосновение укрепляет эмоциональную связь с животным, особенно с молодой собакой**. С первых мгновений жизни щенок узнает заботу и любовь по прикосновениям к нему матери во время вылизывания (нежной формы массажа). Из-за особенностей вида собака нуждается в большом количестве любви, внимания и заботы, которые непременно должны исходить от хозяина.

Вместе с тем **необходимо учитывать, что собаки не очень любят, когда до них дотрагиваются, обнимают, и, тем более, тискают.** Массаж научит вашу собаку не только принимать или терпеть прикосновения, но получать от них удовольствие, т.к. она почувствует, что прикосновения – это приятно.

Для того, чтобы делать массаж своей собаке не нужно быть профессионалом. **Самый простой способ – делайте медленные круговые движения ладонями или пальцами.** Так можно массировать все тело собаки, особенно крупные мышцы на бедрах и вдоль спины, шею и бока.

Ваше терпение, упорство, хорошее настроение, доброта, а также знания и навыки сократят психологический барьер между вами и собакой и приведут к установлению  лучшего контакта с животным.

**Массажные движения**

При массаже собак используется семь основных массажных движений – легкое поглаживание, плоскостное поглаживание, разминание, потряхивание, вибрация, растирание и поколачивание. Некоторые движения кажутся одинаковыми, однако каждое из них производит свой специфический эффект. Они очень простые, и выучить и запомнить их совсем несложно.

**Поглаживание** – одно из основных движений, которым начинают и завершают массажные комплексы.

|  |  |
| --- | --- |
| **1. Легкое поглаживание.** Оказывает успокаивающий и расслабляющий эффект, воздействуя непосредственно на центральную нервную систему. Это главный прием для релаксационного массажа, также легкое поглаживание используется для перехода от одного массируемого участка тела к другому.  Легкое поглаживание выполняются в расслабленной, поверхностной манере кончиками всех пальцев или только ладонями рук - и очень легко, сила надавливания должна быть от 45 до 227 грамм. Лучше всего его проводить вдоль мышц, следуя направлению роста волос (хотя, в принципе, поглаживать можно в любом направлении).  Если поглаживание выполняется медленно – 10-20 движений в минуту, т.е. в среднем 1 движение в 3-6 секунд – оно оказывает сильно успокаивающее и расслабляющее действие и обладает почти седативным эффектом. Если его проводить быстрее – 1-2 движения в секунду – то эффект становится стимулирующим. | [lp](http://www.biglik.ru/images/stories/massage/lp.jpg) |
| **2. Плоскостное поглаживание.** Этот прием используется очень часто, т.к. во многих массажных комплексах он проводится каждые 10-20 секунд для усиления оттока жидкости, оказывая механический дренирующий эффект на кровь и лимфу. К плоскостному поглаживанию переходят после легкого поглаживания, что собственно и начинает процедуру непосредственного массажа. Это движение также используется при завершении массажа перед легким поглаживанием.  Плоскостное поглаживание выполняют в скользящей манере всей ладонью (ладонью и пальцами). При этом большой палец никогда не бывает ведущим для кисти руки, он следует за остальными пальцами. Рука должна максимально принять форму массируемой области и быть в полном контакте с поверхностью.  Для проведения плоскостного поглаживания на узком участке тела (например, на лапе) используют ладонную поверхность пальцев, а не всю кисть. Массаж связок и костей следует делать легко, усиливая давление на мышцах.  Движения рекомендуется проводить в направления сердца для облегчения естественного движения венозной крови.  Плоскостное поглаживание можно выполнять как одной рукой, так и двумя одновременно, а также чередуя руки, но движения должны сохранять скользящий стиль. Степень надавливания обычно остается неизменной на протяжении всего времени плоскостного поглаживания.  Ритм должен быть плавным и ровным со средней скоростью 20 движений в минуту, т.е. 1 движение в 2-3 секунды. При такой скорости и надавливании в 900-1200 грамм будет производиться сильный успокаивающий эффект в дополнение к стимуляции кровообращения.  При более быстром темпе – 2 движения в секунду – эффект становится более стимулирующим. В такой форме его можно использовать для массажа небольших областей для того, чтобы обеспечить отток в области отека, не причиняя боли. Однако при массаже обширной области такой темп не рекомендуется, т.к. вызывает возбуждение нервной системы и раздражает собаку. | [pp](http://www.biglik.ru/images/stories/massage/pp.jpg) |
| **3. Разминание**. Это основное движение, которое включает в себя целый комплекс из 5 приемов – разминание само по себе, надавливание, сжимание, выжимание мышц и перекатывание кожи. Все эти движения оказывают механическое успокаивающее действие при медленном темпе (1 движение в секунду) и стимулирующее – при быстром (2-4 движения в секунду). Движения разминания способствуют очищению тканей от продуктов распада и облегчают обмен крови. При разминании, надавливании и сжимании ткани прижимаются к нижележащим структурам, а при выжимании и перекатывании кожи – приподнимаются, удаляясь от них. | ппп |
| Разминание. Оказывает откачивающий эффект: активизирует кровообращение, улучшает оксигенацию, способствует выведению из тканей токсинов.  Разминание является очень эффективным приемом и выполняется большими пальцами или ладонной поверхностью кончиков трех пальцев – указательного, среднего и безымянного. Проводится ритмично, мелкими полукругами, заходящими один на другой, сдвигая мышцы кнаружи. Соприкосновение с тканями следует поддерживать постоянно. Обычно его делают двумя руками, но можно и одной, если массируемая область невелика.  Для релаксации темп должен быть не очень быстрый – 1 движение в секунду, для стимуляции – 2-4 движения в секунду. Следите за степенью надавливания. Начать лучше с давления не больше 1200 грамм. Для бигля степень надавливания не должна превышать 2,5 кг. Разминание каждые 20 секунд следует чередовать с плоскостным поглаживанием. | [rzm](http://www.biglik.ru/images/stories/massage/rzm.jpg) |
| Надавливание. Этот прием предназначен в основном для крупных собак и проработки массивных групп мышц, поэтому для биглей он не очень актуален. | [ndvl](http://www.biglik.ru/images/stories/massage/ndvl.jpg) |
| Сжимание мышц. Используется для устранения застойных явлений и расслабления напряженных мышц, в основном на холке. Прием также подходит для массажа конечностей и хвоста. Сжимание оказывает откачивающий эффект на кровеносную и лимфатическую систему.  При сжимании мышцы захватываются немного вытянутыми пальцами и ладонью, чья поверхность должна находиться в полном соприкосновении с массируемой областью. Это можно делать как одной, так и двумя руками, однако будьте осторожны, чтобы не отделить мышцу от кости. Беритесь за прорабатываемый участок мягко и также мягко сжимайте.  Т.к. прием сжимания чаще всего используется для расслабления шеи, то необходимости сильно надавливать на мышцы нет. Для релаксации достаточно 2,5 кг. Выполняя прием со скоростью 1 движение в секунду вы оказываете выраженный расслабляющий эффект. Вместе с тем, этот прием хорош и для того, чтобы разогреть мышцы собаки в холодную погоду – в таком случае сжимание нужно провести быстрее – 2-4 движения в секунду и двумя руками. | [sm](http://www.biglik.ru/images/stories/massage/sm.jpg) |
| Выжимание. Это превосходный прием для массажа области спины, плеч и тазовых конечностей. Он очень полезен для уменьшения воспалительных реакций в мышцах спины и очень нравится собакам. Эффективно стимулирует кровообращение и быстро прогревает мышечные группы.  Выжимание выполняется двумя руками, при этом большие пальцы следует развернуть перпендикулярно ладоням. Положите обе ладони на тело собаки, а затем начинайте выжимать мышцу, двигая ее из стороны в сторону почти так же, как выжимаете белье. Выжимание можно выполнять на любой области тела.  Использовать лучше среднюю степень надавливания от 900 г до 3 кг. При массаже костных областей – позвоночник, лопатки, выступ бедра – надавливание следует уменьшить. Ритм движения должен быть ровным, скорость – 1 движение в секунду. | [vjm](http://www.biglik.ru/images/stories/massage/vjm.jpg) |
| Перекатывание кожи. Очень успокаивающий прием. Применяется для усиления циркуляции крови, обогащения кожи кислородом, способствует поддержанию шерстного покрова в прекрасном состоянии, разрушению мелких жировых отложений, предотвращению образования спаечной ткани и сохранению хорошей эластичности кожи.  Для выполнения этого приема кожу захватывают большим пальцем руки с одной стороны и двумя пальцами той же руки – с другой и слегка приподнимают. Используя обе руки, большими пальцами выталкивают складку кожи вперед, направляя ее к остальным пальцам. Пальцы притягивают следующую складку кожи к большим пальцам, приподнимая, растягивая и сжимая нижележащие ткани.  Перекатывание кожи – это скользящее движение поверхностных тканей – кожи и жировой ткани. Делать его следует медленно, чтобы избежать возбуждения нервных окончаний кожи. Угол выполнения движения можно варьировать и повторять для достижения максимального эффекта. Максимально допустимое надавливание – 0,9-1,2 кг. | [prktk](http://www.biglik.ru/images/stories/massage/prktk.jpg) |
| **4. Потряхивание.** Очень активное механическое движение, которое используется для стимуляции кровообращения.  Потряхивание выполняют или кончиками пальцев или всей ладонью с полным контактом с телом. При этом происходит сотрясение кожи над мускулатурой.  Потряхивание со скоростью 1 движение в секунду успокаивает, 2-3 движения в секунду – стимулирует, причем наиболее эффективно, чем все другие массажные приемы. Степень надавливания – 0,9-2,3 кг. Кожу можно смещать руками в любой части тела. Когда вы выполняете потряхивание более жестко (выше степень надавливания, быстрее ритм), ваши руки должны скользить по коже. Всегда несколько ослабляйте движения в области в зонах, где выступают кости (например, гребень лопатки).  Потряхивание должно проходить не более 3-5 минут. | [ptrh](http://www.biglik.ru/images/stories/massage/ptrh.jpg) |
| **5. Вибрация.** Это очень интересный прием. Применяется главным образом для оказания эффекта на глубоко располагающиеся мышцы и суставы. Оказывает успокаивающее действие. Вибрация очень полезна для расслабления нервной системы, т.к. эффективно вызывает парасимпатическую нервную реакцию. Вибрацию хорошо применять при ревматических воспалениях и артритах, она успокаивающе действует на опухшие суставы.  Прием вибрации выполняется рукой – начните вибрацию от локтя и передайте ее по направлению к кисти руки. Можно использовать другой вариант – «точечную вибрацию». Она выполняется большим пальцем или только кончиками других пальцев.  Вибрация выполняется мягко, в спокойном ритме. Вначале используйте надавливание не больше 125 г к той области тела, которая будет выполнять колебательные движения, поддерживайте его в течение нескольких секунд, затем постепенно прекратите. Постепенно увеличивайте силу надавливания для растяжения массируемой области. Часто чередуйте вибрацию с плоскостным и легким поглаживаниями для того, чтобы усилить отток крови и дать собаке расслабиться. Надавливание в 454-900 г оказывает механическое успокаивающее действие с выраженным нервно-рефлекторным эффектом, надавливание в 1,2-2,3 кг и в более быстром темпе – механическое стимулирующее действие и меньшим нервно-рефлекторным эффектом. | [vbr](http://www.biglik.ru/images/stories/massage/vbr.jpg) |
| **6. Растирание.** Это очень специфическое массажное движение, которое используется главным образом для устранения спаечной ткани, образующейся в мышечных волокнах, сухожилиях, связках. Производит механический стимулирующий эффект, вызывая значительное усиление притока крови. | ппп |
| **7. Поколачивание.** Движение поколачивания включает в себя 4 приема – само поколачивание, плоскостное похлопывание, чашеобразное похлопывание и рубление. Во время всех этих движение руки работают попеременно в легкой пружинистой манере. Все приемы поколачивания эффективны для разогревания групп мышц перед тренировками. | ппп |
| Плоскостное похлопывание. Выполняется плоскими ладонями с вытянутыми пальцами только над мышечными группами, а не над костными элементами, за исключением грудной клетки. Вначале применяют надавливание 0,9-1,2 кг, постепенно увеличивая до 2,3 кг. Над тонкими мышцами, например, лопаточными, утяжелять удары не следует. | [pphlp](http://www.biglik.ru/images/stories/massage/pphlp.jpg) |
| Чашеобразное похлопывание. Более мягкий прием, чем плоскостное похлопывание. Выполняется ладонной поверхностью кисти, сложенной чашечкой, словно в нее налита вода. Используется для похлопываний в области костных структур (лопатка, выступ седалищной кости) или в области изгиба мышц (краниальная поверхность грудной клетки или область крестца). Применяется надавливание до 2,3 кг. | [chphlp](http://www.biglik.ru/images/stories/massage/chphlp.jpg) |
| Рубление. Обеспечивает более глубокое проникновение в структуру мышц, но при этом – очень мягкий прием. Он наиболее удобен для массажа мышц спины (длиннейшей мышцы спины и подвздошно-реберной мышцы спины) или более массивных мышц тазовых конечностей.  Выполняется краем кисти, пальцы при этом должны быть расслаблены и слегка разведены.  Используйте надавливание 2,3-3,6 кг, а при массаже крупных мышц – до 5,4 кг. | [rubl](http://www.biglik.ru/images/stories/massage/rubl.jpg) |
| Поколачивание. Это движение используется достаточно редко, в основном в случаях, когда нужна глубокая стимуляция крупных групп мышц. Производит выраженную стимуляцию циркуляции жидкостей организма.  Выполняется краем кистей рук, пальцы расслаблены и немного сжаты в кулак. Степень надавливания – от 4,5 до 6,8 кг.  Этот прием следует проводить только после плоскостного и чашеобразного похлопываний и рубления. | [pklsotg](http://www.biglik.ru/images/stories/massage/pklsotg.jpg) |
| **Прикосновения руками.** Имеют большое терапевтическое значение, когда необходимо уменьшить острую боль при повреждениях, а также при лечении стрессов. В большинстве пособий по массажу этого приема нет, однако он является старейшей его формой, используемой тогда, когда остальные приемы использовать невозможно.  Мягко положите руки на поврежденную область и постарайтесь ощутить энергию и тепло этого участка тела. При простом прикосновении надавливать следует очень слабо – 230-450 г. Сосредоточьтесь на этом действии, подумайте о своем бигле, о вас вместе... Ощущение тесной взаимосвязи между вами – признак эффективности процедуры. Между ладонями начинает возникать ощущение тепла. Когда произойдет устранение нервного напряжения, накопившегося в это области, для вас это выразится в ощущении жаркой волны, сила которой будет пропорциональна накопившемуся напряжению. | [prksnr](http://www.biglik.ru/images/stories/massage/prksnr.jpg) |

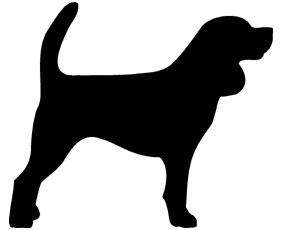
**Расслабляющий массаж**

Этот комплекс можно проводить в любое время. Его в основном используют для установления первичного контакта, до и после путешествия, перед сном, перед выставкой, если собака встревожена, в других подобных случаях.

Цель релаксационного комплекса состоит в том, чтобы расслабить собаку и быстро и эффективно устранить напряжение.

Движения комплекса не требуют сильного надавливания – максимально 0,9-1,2 кг. Их следует проводить ровно и ритмично – в среднем 1 движение в секунду. Обратите внимание на то, что ни в коем случае нельзя терять тактильный контакт с телом собаки. Для переходов между областями используйте легкое поглаживание.

Весь комплекс занимает 10-15 минут. Его можно удлинять по желанию, но т.к. смысл в том, чтобы запустить механизм ралаксации, в идеале время его проведения – 10 минут.

[](http://www.biglik.ru/images/stories/art_beagles/beagle_siluette_black.jpg)

**1. Массаж начинают с затылочной области**. Сделайте 3 легких круговых движения кончиками пальцев непосредственно за ушами по часовой стрелке и 12 движений – против часовой стрелки. Можно при этом тихо разговаривать с собакой. Затем правой рукой сделайте массаж холки, слегка сжимая мышцы, начиная с затылочной область и захватывая по нескольку сантиметров больше. Проведите 20 осторожных сжиманий, чтобы вызвать реакцию парасимпатической нервной системы, способствующей релаксации. Собака при этом может опустить голову.

**2. Массаж ушей**. Возьмите ухо за основание и окончание и аккуратно потяните назад. Повторите прием с каждым ухом. Затем мягко и очень легко потрите уши между пальцами. Это оказывает успокаивающее действие, но если собаке не нравится, когда ее трогают за уши – пропустите этот этап.

**3. Массаж области шеи**. Обеими руками выполните прием сжимания мышц вдоль всей верхней части шеи, начиная от основания черепа и заканчивая в области плеч. Тут ритм можно даже уменьшить – 1 движение в 2 секунды. В большинстве случаев во время выполнения этого элемента собака самостоятельно опускает голову. Поэтому его можно повторить, чтобы усилить чувство расслабления.

**4. Массаж верхней части плеча**. Сначала выполните плоскостное поглаживание области шеи в направлении сверху вниз и начинайте массировать верхнюю часть плеч с обеих сторон с очень легким сжиманием мышц. Делайте это примерно минуту, чередуя с легким поглаживанием каждые 30 секунд по 3-5 секунд за один прием.

**5. Массаж спины**. Выполните 2-3 легких поглаживания по всей спине. Не забывайте поддерживать ровный и спокойный ритм.

**6. Массаж крестцовой области.** Положите правую руку на крестцовую кость и подержите ее там выполняя легкую вибрацию 10-30 секунд. Затем сделайте 3 медленных круговых движения против часовой стрелки (оно стимулирует парасимпатические нервные реакции).

**7. Массаж хвоста**. После этого правой рукой возьмитесь за хвост, а левую руку положите на область крестца. Правой рукой выполните легкое точечное нажатие вдоль хвостовых позвонков, затем по крестцу. Потом сразу опять возьмитесь правой рукой за хвост и поднимите его немного вверх. Используя обе руки согните хвост в виде вопросительного знака кончиком вниз.

Осторожно выполните круговые движения хвостом 3 раза по часовой и 3 раза против часовой стрелки. Если вы заметите ограничения в движениях хвоста в ту или иную сторону, то это признак напряжения в мышцах хвоста и задней части тела.

Теперь очень осторожно потяните за хвост. Выполняйте это растяжение от 3 до 60 секунд, если собака не противится. Обычно она реагирует положительно и начинает тянуть хвост в свою сторону. Растяжение хвоста может произвести огромный релаксирующий эффект.

Во время растяжения хвоста одной рукой, другой – большими или остальными пальцами проведите легкий массаж позвонков от основания хвоста до его кончика, несколько раз сжимая мышцы.

Растягивание хвоста заканчивайте постепенно, выполните поглаживание задней части тела и области крестца в течение нескольких секунд.

**Внимание!** Если, начиная растяжение хвоста, вы чувствуете, что в области перехода хвостовых позвонков в крестцовые он свисает слишком свободно, немедленно прекратите, иначе вы причините собаке боль. Это означает, что есть нарушения в прикрепляющем суставе. Также если вы пальцами ощутите воспаление или другие нарушения, об этом обязательно следует сказать ветеринару.

**8. Массаж конечностей**. После хвоста выполните 2-3 легких поглаживаний конечностей сверху вниз. Потом – 2-3 движения снизу вверх, дополняя поглаживаниями по спине при переходе от одной лапы к другой. Начните с задних лап.

Каждую лапу берите осторожно, согните и выполните небольшое круговое движение внутрь, потом наружу, затем вперед и назад. Повторите 2-3 раза.

В завершение проведите 2-3 плоскостных и 2-3 легких поглаживаний по всему телу собаки.

**Сокращенный вариант релаксационного комплекса**.

1. Начните с круговых движений в верхней области шеи.

2. Выполните легкие поглаживания в области шеи по направлению вниз вдоль спины до крестцовой области.

3. Проведите массаж крестцовой области.

4. Выполните массаж хвоста.

5. Закончив, плавно перейдите к области шеи, не прекращая легкие поглаживания.

Вместе с тем, если вы только начинаете делать массаж своей собаке, то настоятельно рекомендуется проводить полный релаксационный комплекс до тех пор, пока животное не привыкнет к расслаблению, наступающему после массажа. Опыт показывает, что этот комплекс действует очень хорошо.

**Согревающий массаж**

Этот комплекс предназначен для стимуляции кровообращения в короткий период времени. Он усиливает поступление крови, кислорода и питательных веществ в мышечные волокна.

Здесь в основном используют стимулирующие движения, такие как потряхивание, выжимание и поколачивание, чередуя их с большим количеством плоскостных поглаживаний.

Массаж следует выполнять в быстром темпе, но не вызывая раздражения у собаки, со скоростью 2-3 движения в секунду. Степень надавливания в начале работы можно варьировать от 2,3 до 3,2 кг, при обработке крупных групп мышц – 4,5-6 кг.

Начинайте легко, постепенно наращивая темп и степень надавливания. Не забывайте, что вам нужно стимулировать кровообращение, а не выполнять глубокий массаж мышц.

Продолжительность комплекса должна составлять не более 10 минут.

1. Начните с легкого массажа затылочной области и верхней части шеи, слегка сжимая мышцы.

2. Перейдите к левой стороне шеи, выполняя легкое потряхивание и используя спокойный темп – 1 движение в секунду. Постепенно ускоряйтесь до 2-3 движений в секунду. Переходите к приему выжимания, захватывая всю поверхность шеи и двигаясь вниз влево к левому плечу и верхней части левой лапы. Проведите тщательный массаж всех мышц, каждые 20-30 секунд чередуя его с плоскостным поглаживанием, так же как при перемещении с одной части тела на другую.

3. Выполните тщательный массаж верхней части конечности с наружной и с внутренней стороны, применяя приемы потряхивания, выжимания, пощипывания и разминания с широкой амплитудой, чередуя с плоскостным поглаживанием. Начните массаж с верхней части конечности, постепенно двигаясь вниз, обеспечивая таким образом хороший отток крови в направлении сердца. Достигнув лапы, проведите два длинных плоскостных поглаживания по всей поверхности конечности от пяточной кости до области плеча. Степень надавливания – 3,6-5 кг.

4. Переходите к грудной клетке. Сделайте потряхивание, сжимание мышц и разминание, чередуя их каждые 20-30 секунд с плоскостным поглаживанием. Перемещайтесь через плечо к холке, не теряя контакта с собакой.

5. Выполните 2-3 раза прием выжимания, следуя поперек спины и чередуя его с плоскостным поглаживанием. Затем используйте поколачивание, начиная с плоскостного похлопывания, потом опять плоскостное поглаживание.

6. После этого выполните потряхивание для всей грудной клетки и спины, каждые 20 секунд проводя плоскостное поглаживание по направлению к сердцу. Обратите внимание на то, что по мере приближения к паховой области следует замедлять скорость, т.к. эта область очень чувствительна, и собака инстинктивно может занять оборонительную позицию.

7. Далее сделайте массаж крупной группы мышц задней части тела. Следуйте к коленному и заплюсневому суставу, применяя приемы потряхивания, выжимания, разминания ладонями с широкой амплитудой и надавливания, каждые 20-30 секунд чередуя с плоскостным поглаживанием. Массаж задних конечностей выполните так же, как и передних, начиная сверху.

8. Полностью повторите комплекс с правой стороны.

9. В завершение примените легкое выжимание мышц спины и крупа с последующим плоскостным поглаживанием.

**владельцам очень крупных или очень мелких собак** могут быть особенно интересны приема массажа, ведь именно эти породы более всего подвержены специфическим заболеваниям костей и суставов. Нормальный вес собаки — 15—18 кг. Представители пород, которые намного тяжелее или легче этих показателей, часто страдают от болей в суставах. В этих случаях массаж помогает питомцам полностью избавиться от неприятных ощущений.