

Kontraindikasjoner ved klassisk massasjebehandling

Copyright Norges Massasjeforbund ©

Gjør ingen skade

Massørens første bud er “gjør ingen skade”. Det er av avgjørende betydning at massøren vet når massasje skal frarådes helt eller delvis. Det er klientens ønsker, behov og helsetilstand som avgjør hvilke teknikker og hvilken type behandling som skal benyttes. Ved behov skal klienten henvises til annen egnet terapeut eller helsepersonell.

En **kontraindikasjon** er en tilstand som er uforenelig med massasje. Kontraindikasjoner kan deles inn i absolutte, regionale eller delvise, og betingede kontraindikasjoner.

Absolutte kontraindikasjoner

Massasjebehandling skal ikke gis. Kan i noen tilfeller gis hvis klarert med lege først og behandling tilpasses tilstanden.

Regionale/delvise kontraindikasjoner

Massasje skal ikke gis på det aktuelle området, men kan gis på andre områder på kroppen.

Betingede kontraindikasjoner

Massasje kan gis, men må tilpasses den aktuelle tilstanden for å forhindre skade eller ubehag. For eksempel kan noen teknikker være kontraindisert, mens andre teknikker kan være gunstige.

De fleste kontraindikasjoner er betingede.



Medisinbruk

Klienten kan bruke medikamenter som er uforenelige med massasje, som blodfortynnende eller smertestillende medikamenter. Lege bør konsulteres først.

Alvorlig tilstand

Hvis klienten allerede er under legebehandling for en alvorlig tilstand, bør klienten selv kontakte sin lege eller kiropraktor/ manuellterapeut før eventuell massasjebehandling, og gjerne få med et skriv med eventuelle indikasjoner og hele eller delvise kontraindikasjoner for massasjebehandling tilbake til massøren. Massøren vil avstå fra å behandle eller tilpasse behandlingen etter mottatte opplysninger. Ved alvorlige tilstander bør massøren inngå som en del av et tverrfaglig behandlingsteam.

Absolutte kontraindikasjoner

*Massasjebehandling skal **ikke** gis.*

- Smittsom sykdom, også sterk forkjølelse med feber, influensa.
- Feber.
- Alvorlig osteoporose: Lege må konsulteres før behandling.
- Meget høyt / ubehandlet blodtrykk: Lege må konsulteres før behandling.
- Etter nylig operasjon: Lege må konsulteres før behandling pga. økt fare for blodpropp.
- Nylig tilfelle av blodpropp: Lege må konsulteres før behandling. Fare for blodpropp er større i de første to årene etter et oppstått tilfelle av blodpropp.
- Graviditet første trimester, risikosvangerskap og svangerskaps diabetes: Lege må konsulteres før behandling.
- Kreft: Lege må konsulteres før behandling.
- Sjokk (sirkulasjonssvikt): Pasienten har behov for akutt medisinsk hjelp.

Hvis usikker – be alltid klient kontakte lege for klarering før behandling.



Regionale/delvise kontraindikasjoner

Massasje kontraindisert på det **aktuelle området**.

- Akutt inflammasjon. Alle former f.eks. senebetennelse.
- Prolaps i tidlig/akutt fase. Massasje kan være hensiktsmessig for å lindre relaterte symptomer etter at nødvendige undersøkelser er foretatt og innledende behandling igangsatt, og massøren inngår som en del av et tverrfaglig behandlingsteam.
- Alle slags sår og eksem.
- Lokale, smittsomme tilstander.
- Nevropati, tidligere kalt “nervebetennelse”, nå omtalt som nervesykdom/-patologi: nedbryting av det perifære nervesystem i et eller flere områder på grunn av bakenforliggende sykdom, f.eks. diabetes.
- Artritt: leddbetennelse, betennelse i leddhinnen av ulike årsaker, f.eks. slitasje eller leddgikt.
- Åreknuter. Men området over kan masseres for å lette gjennomstrømming.
- Hematom: større blodansamling i indre organer eller vev.
- Ødemer – lege må konsulteres først fordi noen årsaker til ødemer er kontraindisert til massasjebehandling.
- Lymfeødem. Men spesielle massasjeteknikker tilpasset tilstanden kan benyttes.
- Flebitt: smertefull betennelse i vene med betennelsessymptomer i vevet rundt venen.
- Blåmerke: Massasje kan gis på området når det har gått fra blått til gult/grønt.
- Alvorlig skoliose: Lege bør konsulteres først.

Kilder:

Beck, Mark F. 2011. Theory & Practice of Therapeutic Massage. Fifth edition. Milady, NY, USA

