

سوالات ماساژ شمع

ماساژ شمع چه تاثیری بر بدن دارد؟

الف- افزایش جریان خون، آرامش ماهیچه ها و کاهش سفتی مفصل کمک کند

ب- هدف فرم دهی عضلات است

ج- هدف دستیابی به سیستم عصبی است

د- هدف این است که تحریک بافت و عضلات زیرین را داشته باشیم

ماساژ شمع با کدام تکنیکها آغاز می شود؟

الف- پتریساز

ب- افلوراژ

ج- تکنیک های فشاری

د- تکنیک های فشاری و کوبشی با هم

کدام قسمت بدن هنگام ماساژ شمع دراپینگ می شود ؟

الف- پشت کمر

ب- روی پاها

ج- همه قسمت ها بجز منطقه ای که ماساژ می دهیم

د- به خواست مشتری دراپینگ نمی کنیم

فریکشن در ماساژ شمع به چند حالت اجرا می شود؟

الف- دو حالت عرضی ، دایره

ب- سه حالت پرشی ، رونده و چرخشی

ج- یک حالت کششی

د- دو حالت کششی و فشار

توضیح مناسب برای حرکتهای نوازشی در ماساژ شمع چیست؟

الف- حرکتهای دایره ای در روی عضلات بزرگ بالاتنه

ب- ترکیب حرکت کنار ساعد و کف دست با هدف استفاده از وزن بدن برای فشار بیشتر

ج- حرکت و لمس با پد شست یا دیگر انگشتان روی بافت تا به عمق نفوذ کرده و به تاندون، لیگامان و عضله برسد

د- حرکت و لمس با کف انگشتان دست با فشار و ریتم در سطح عضله

چگونه مقدار فشار مورد استفاده در اجرای تکنیک های ماساژ شمع را کنترل می کنیم؟

الف- میزان فشار فقط با صلاحدید ماساژ دهنده اعمال می شود

ب- اعمال فشار بخاطر شمع روی بدن و از بین رفتن اصطکاک در کمترین حالت خود می شود

ج- فشارها را فقط در پایان ماساژ بیشتر می کنیم

د- مقدار فشار باید در حدی باشد که درد قابل تحملی ایجاد کند

آیا تکنیک های کوبه ای به طور کلی در ماساژ شمع استفاده می شود؟

الف- ضربات فقط به روی استخوانها اعمال می شود چون مقاوم تر هستند

ب- ضربات می تواند تقریبا در هر قسمت از بدن استفاده شود بجز بر روی استخوانها

ج- تکنیک های کوبه ای فقط بر روی ناحیه کمر اجرا می شود

د- هرگز از ماساژ کوبه ای بدون نظر پزشک استفاده نمی شود

در ماساژ شمع کدام دسته از تکنیک ها انجام نمی شود؟

الف- کامپریشن

ب- افلوراژ ها

ج- پتریساز ها

د- فریکشن

فشار در ماساژ شمع به چه صورت است؟

الف- فشار زیاد

ب- فشار کم

ج- بدون فشار

د- فشار روی نقاط خاص

شمع ماساژ به چه صورت استفاده می شود؟

الف- شمع روشن و گرم

ب- شمع جامد

ج- شمع سرد

د- شمع را در ظرفی به روش بنماری ذوب می کنیم

از چه تکنیک هایی برای ماساژ شمع استفاده می شود؟

الف- تکنیک های فشاری

ب- تکنیک های نوازشی

ج- تکنیک های کوبشی

د- تکنیک های مالشی

احتیاط های ماساژ شمع چیست ؟

الف- انتقال گرما باعث بروز قرمزی در پوست شده و همین موضوع ممکن است سبب خارش و تحریک بیشتر پوست شود

ب- باید به مقدار روغنی که با آن ترکیب می کنیم دقت کنیم

ج- قبل از شروع ماساژ حتما بدن را گرم کنیم

د- در پایان ماساژ یک حوله خنک در اختیار مشتری قرار می دهیم

کدام خاصیت موم شمع، استفاده از آن را در ماساژ، منحصر بفرد می کند؟

الف- خاصیت چسبندگی آن باعث ارتجاعی شدن پوست می گردد

ب- موم به دلیل وجود مواد نفتی در زیبایی کاربرد دارد

ج- موم شمع دارای ظرفیت حرارتی بالایی است و می تواند گرما را به مدت طولانی تری روی پوست حفظ کند

د- چون حاوی اسید های چرب است لغزندگی فراوانی دارد

کدام گزینه در خصوص مزایای ماساژ شمع صحیح است؟

الف- روشن کننده پوست- کاهش چین و چروک - مرطوب کننده - کاهش درد

ب- درمان بیماریهای نقص سیستم ایمنی

ج- بر طرف کننده اختلالات سیستم عصبی

د- برای زیبایی کاربرد فراوانی دارد

ماساژ شمع چگونه بر روی بدن عمل می کند ؟

الف- هدف فرم دهی عضلات است

ب- با حرارت دادن بدن، می تواند به افزایش جریان خون، آرامش ماهیچه ها و کاهش سفتی مفصل کمک کند

ج- هدف دستیابی به سیستم عصبی است

د- هدف این است که تحریک بافت و عضلات زیرین را داشته باشیم

در ماساژ شمع هر حرکت دست ورزشی چند بار تکرار می شود ؟

الف- به دلخواه تکرار ها انجام می شود

ب- تکرار ها بستگی به مدت زمان و ریتم حرکات دارد

ج- ده تکرار برای هر تکنیک

د- هر تکنیک فقط یکبار

ماساژ شمع برای کدام یک از افراد زیر مناسب تر است؟

الف- بیماران سرطانی

ب- بیماران اعصاب و روان

ج- کودکان

د- بیماران هموفیلی

در بیماران با فشار خون بالا آیا ماساژ شمع ممنوعیت دارد؟

الف- در بیماران فشار خون بالا انجام می شود

ب- در بیماران با فشار خون بالا انجام نمی شود

ج- در بیماران با فشار خون بالا با احتیاط انجام می شود

د- تاثیر ماساژ برای فشار خون بالا و پایین برابر است

بهترین گزینه برای اجرای ماساژ شمع در چه جایی است ؟

الف- بر روی تخت استاندارد

ب- بر روی زمین

ج- به روی صندلی مخصوص ماساژ

د- در هر جایی اجرا می شود

ایا در اتاقی که ماساژ انجام می شود وجود کپسول آتش نشانی الزامیست ؟

الف- کاربردی ندارد

ب- کپسول آتش نشانی جزء الزامات اتاق ماساژ می باشد

ج- جزء تجهیزات اتاق ماساژ نیست

د- در صورت آتش سوزی با آتش نشانی تماس می گیریم

برای بیماران مبتلا به بیماری آسم آیا ماساژ شمع مناسب است ؟

الف- بخاطر معطر بودن شمع های ممکن است دچار تنگی نفس و حمله شوند

ب- باید حتما قبل از ماساژ تست حساسیت استنشاقی شوند

ج- برای حفظ احتیاط از ماساژ صرفنظر می کنیم

د- انتخاب را به بیمار واگذار می کنیم

دستور العمل ماساژ شمع بر روی بیماران مثل سل ریوی و یا ایدز چیست ؟

الف- ماساژ شمع بر روی بیمار با دستکش انجام شود

ب- در هیچ یک از موارد ماساژ انجام نمی شود

ج- فقط بیمار مبتلا به سل را ماساژ می دهیم

د- ماساژ برای کسی که مبتلا به ایدز باشد مانعی ندارد

در ماساژ شمع مشتری باید چه انتظاراتی از ماساژ دهنده داشته باشد ؟

الف- مشتری توقع درمان را نداشته باشد

ب- مشتری در ماساژ شمع در کنار حرارت مطبوع موم شمع توقع ریلکسی و تغذیه پوست و آبرسانی ان را دارد

ج- مشتری انتظارات خود در سطح توانایی ماساژ دهنده پایین بیاورد

د- مشتری بعد از ماساژ انتظار اتفاقی معجزه وار داشته باشد

درانتخاب شمع برای پوست های خشک کدام گزینه را باید مورد توجه قرار داد ؟

الف- با ترکیباتی حاوی ویتامین E و موم زنبور عسل باشد

ب- اسانس نداشته باشد

ج- اسانس برای اروما تراپی داشته باشد

د- حتما با روغن ترکیب پذیر باشد

در درجه حرارت های زیاد بدن یا تب ایا ماساژ شمع انجام می شود ؟

الف- در تب از انجام ماساژ شمع صرفنظر می کنیم

ب- ماساژ شمع انجام می شود

ج- با احتیاط انجام دهید

د- می تواند درمان طب سنتی برای تب باشد