

# سوالات رشته کاربر ماساژ

کد استاندارد ۳۲۵۵۳۰۴۷۰۰۱۰۰۱۱

<< کدام نوع از تکنیک‌های ماساژ کلاسیک برای شروع و پایان ماساژ مفید است؟
1. نوازشی
2. حرکات غیر فعال
3. مالشی
4. فشاری
<< این گروه از ماساژ، تاثیر زیادی روی سلول‌های چربی زیرپوستی عضلات، رباط‌ها و مایعات درون مفصلی دارد.
1. ماساژ نوازشی
2. ماساژ مالشی
3. ماساژ فشاری
4. ماساژ مشت و مال
<< کدام گزینه در مورد ماساژ چنگ زدن دایره‌ای صحیح است؟
1. روی عضلات بزرگ مثل بازو، ران و کمر انجام می‌شود.
2. روی مفاصل مثل آرنج و شانه انجام می‌شود.
3. یکی از روش‌های ماساژ مالشی است.
4. یکی از روش‌های مشت و مال است.
<< کدام یک از حرکات ذیل جزء تکنیک‌های ماساژ نوازشی می‌باشد؟
1. متحدالمرکز
2. طولی
3. اره‌ای
4. بریدن
<< کدام یک از حرکات ذیل جزء تکنیک‌های ماساژ مالشی است؟
1. یک به چهار
2. رنده‌ای با چهار انگشت
3. ترکیبی
4. پایه شست و سبابه
<< ماساژ نوازشی مناسب بعد از ماساژ فشاری با مشت کدام است؟
1. مستقیم
2. زیگزاگ
3. ترکیبی
4. متناوب
<< ماساژ نوازشی مناسب بعد از ماساژ فشاری با پاشنه دست کدام است؟
1. زیگزاگ
2. متناوب

3 . مستقیم
4 . ترکیبی
<< ماساژ نوازشی مناسب بعد از ماساژ گازانبری، کدام ماساژ است؟
1 . مستقیم
2 . متحدالمرکز
3 . متناوب
4 . ترکیبی
<< ماساژ نوازشی مناسب بعد از ماساژ مشت و مال کششی، کدام نوع است؟
1 . متحدالمرکز
2 . متناوب
3 . مستقیم
4 . زیگزاگ
<< هر گاه ماساژ روی مفاصل انجام شد، بعد از آن از چه ماساژ نوازشی استفاده می‌شود؟
1 . متناوب
2 . گازانبری
3 . متحدالمرکز
4 . اطویی
<< کدام مورد درباره ماساژ مالشی صحیح است؟
1 . با این ماساژ، نوعی آرامش و بی حسی بر ارگانیزم بدن اتفاق می‌افتد.
2 . تمام جلسات ماساژ، با این گروه از تکنیک‌ها آغاز می‌شود.
3 . باعث می‌شود که مایع مفصلی درون مفاصل زیاد شود و تونوس عضله بالا برود.
4 . تاثیر زیادی روی سلول‌های چربی زیرپوستی عضلات، رباط‌ها و مایعات درون مفصلی دارد.
<< کدام یک از تکنیک‌های ذیل برای ماساژ سر استفاده می‌شود؟
1 . مالشی شانه‌ای
2 . مشت و مال چنگ زدن دایره‌ای
3 . نوازشی شانه‌ای
4 . نوازشی ترکیبی
<< در این تکنیک، با مشت خوابیده روی عضو مراجع در حالت ریلکس ضربه وارد می‌شود.
1 . ضربه‌ای با سینه مشت
2 . ضربه‌ای با پاشنه مشت
3 . ضربه‌ای شلاقی
4 . ضربه‌ای ریز ریز کردن

<p>&lt;&lt; در این تکنیک، دست را مشت کرده و با برجستگی بند دوم انگشت سیابه روی عضو مراجع از پایین به بالا حرکت کرده به طوری که این عمل با فشار و لرزش انجام می‌شود.</p>	
1 .	لرزشی تکان دادن
2 .	لرزشی جنباندن
3 .	لرزشی نقطه‌ای
4 .	ضربه‌ای با پاشنه مشت.
<p>&lt;&lt; در این تکنیک، دست بیمار را ثابت نگه داشته و با دست دیگر در حالی که مشت است به حالت ایستاده روی عضو بیمار قرار دارد به حالت دایره‌ای از پایین به بالا و از بالا به پایین حرکت می‌کند.</p>	
1 .	ماساژ فشاری با مشت
2 .	ماساژ فشاری با پاشنه دست
3 .	ماساژ ضربه‌ای با مشت
4 .	ماساژ ضربه‌ای با سینه مشت
<p>&lt;&lt; در این تکنیک، دست روی کشکک زانو و دست دیگر روی آن قرار داده می‌شود و زانو را به هر دو جهت به شکل دایره حرکت می‌دهیم.</p>	
1 .	مشت و مال فشاری روی کشکک
2 .	مشت و مال حرکت دادن کشکک
3 .	مشت و مال پنجه‌های دو دست
4 .	نوازشی ترکیبی
<p>&lt;&lt; در این تکنیک، ماسور در طول عضو بیمار قرار گرفته و از آرنج تا بازو ادامه پیدا می‌کند. به این صورت که دو شست دست در کنار هم بازو را در دست گرفته و با حالت تکان دادن به بالا و پایین حرکت انجام می‌شود.</p>	
1 .	مشت و مال طولی
2 .	مشت و مال با پنجه‌های دو دست
3 .	مشت و مال غلتیدن
4 .	مشت و مال عادی

## پاسخنامه کلیدی کاربر ماساژ

پاسخ کلیدی

ردیف

۱	۱
۳	۲
۴	۳
۱	۴
۲	۵
۴	۶
۳	۷
۲	۸
۳	۹
۳	۱۰
۳	۱۱
۲	۱۲
۱	۱۳
۳	۱۴
۱	۱۵
۱	۱۶
۳	۱۷