

FUSSREFLEXZONENMASSAGE

Die Fußreflexzonenmassage zählt zu den Reflexzonenmassagen und beruht auf dem Prinzip der Darstellung des Körpers an den Füßen. Liegt eine Störung oder Erkrankung eines Organs vor, kann sich dies auf einem bestimmten zugeordneten Hautareal am Fuß bemerkbar machen (Reflexzone). Umgekehrt löst auch jede Veränderung an der Reflexzone eine Veränderung des jeweiligen Organs aus.

Indikationen

Kopfschmerz, Verspannungen, Nierenerkrankungen, Reizblase, Atemwegsprobleme, Schnupfen (Verdauungsbeschwerden, hormonelle Belastungen), Lymphstauungen.

Wirkung der Therapie

Die Fußreflexzonenmassage ist eine Regulationstherapie. Durch die FRZ erhält das Organ, dessen Zone man auf der Fußsohle behandelt, einen Impuls zur besseren Funktionstätigkeit. Die dadurch resultierende verbesserte Durchblutung mobilisiert die körpereigenen Heilkräfte.

Anwendung

Die FRZ wird sowohl sitzend als auch liegend angewendet. Bei dieser Massage wird kein Massageöl verwendet. Die Therapiedauer beträgt 20 Minuten.

Eine kurze Nachruhezeit ist empfehlenswert.