anita koch coaching
lebensberatung mit herz

Dianastrasse 10, 5430 Wettingen
+ 41 079 289 94 24
info@anitakochcoaching.com

Fussreflexzonen Therapie

ganzheitliche Linderung von Beschwerden, Schmerzen und Missempfindungen

Eine achtsam therapeutisch oder prophylaktisch durch Fussreflexzonenmassage hat eine entgiftende, entspannende und beflügelnde Wirkung. Erleben Sie das Gefühl, wie auf Wolken zu gehen und Ihre Füsse als das wahrzunehmen, was sie sind: Das Fundament Ihres Körpers, die Basis Ihrer Haltung und Ausstrahlung.

Wann ist eine Behandlungsserie sinnvoll?

Als Therapie ist die Fussreflexzonenmassage eine gut verträgliche Behandlungsmethode gegen Beschwerden aufgrund von übermässigem Stress und Über- und Fehlbelastungen im körperlichen, emotionalen und seelischen Bereich. Um einen nachhaltig Wirkung zu erzielen, sind – je nach Beschwerdebild oder Erkrankung – Behandlungsserien (in der Regel 3 bis 6 Anwendungen) vereinzelten unregelmässigen Anwendungen vorzuziehen.

In der Heilungsphase nach Krankheiten oder medizinischen Eingriffen trägt die Fussreflexzonen Therapie massgeblich bei zum Prozess der Homöostase, der Aktivierung der körpereigenen Selbstheilungskräfte und der Fähigkeit des menschlichen Organismus, sich selbst auszugleichen.

Als Wohlfühlbehandlung ist sie ein entspannendes, stressabbauendes Geschenk an die Füsse, das sich positiv auf Ihr körperliches, psychisches und seelisches Wohlbefinden positiv auswirkt: Sie spüren sich selbst besser, sie sind geerdet und

fühlen klarer und sicherer, was Ihnen schadet, aber auch, was Ihnen gut tut und Sie erfüllt.

Und wenn Sie regelmässig Medikamente nehmen müssen?

Wenn man sich vor Augen hält, dass praktisch jedes Medikament unerwünschte Nebenwirkungen zur Folge hat, wird deutlich, welch sinnvoller Ansatz eine manuell-energetische Behandlung wie die Fussreflexzonen Therapie ist. Organsysteme reflektorisch zu behandeln und damit dem Körper Heilimpulse zu geben, ist einer medikamentösen Symptombekämpfung nach Möglichkeit vorzuziehen. Der Tablettenkonsum löst Probleme kurzfristig, oft verschiebt er sie nur und schädigt zudem mittel- und langfristig den gesamten Organismus, vor allem Leber und Nieren.

Das Einnehmen chemischer Substanzen ist ein schwerwiegender Eingriff in die diffizilen Regelkreise des Organismus. Chemische Substanzen sollten nur nach reiflicher Überlegung oder im Notfall benutzt werden. Verantwortungsbewusste Ärzte und Therapeuten werden in vielen Fällen Mittel und Wege finden, Beschwerden, Schmerzen, akute oder chronische Erkrankungen über eine interdisziplinäre Zusammenarbeit von Schulmedizin und Alternativ- oder Komplementärmedizin ganzheitlich zu behandeln.

Indikationen

Über die Fussreflexzonen Beschwerden zu lindern und die Selbstheilungskräfte zu stimulieren oder ganz einfach das Immunsystem zu stärken, vor allem sinnvoll bei

- Von einem Mediziner abgeklärten Störungen von Organsystemen: Kreislauf, Nerven- und Hormonsystem, Verdauung, Ausscheidung, Atemtrakt usw.

- chronischen Leiden, die durch ärztliche Behandlung unvollständig geheilt wurden oder schwer zu heilen sind; z.B. das prämenstruelle Syndrom PMS, Migräne, Rheuma, Reizdarm, Reizmagen, Verdauungsprobleme usw.

- unklaren Symptomen, die vielleicht schon lange vorhanden sind, deren Ursache aber bisher nicht geklärt werden konnten.

Es wird hier bewusst auf die Aufzählung von einzelnen Beschwerdebildern verzichtet.

Bei Unsicherheiten hilft ein klärendes Gespräch mit Ihrem Arzt oder Therapeuten besser als eine Sammlung medizinischer Ausdrücke.

Kontraindikationen

Eine therapeutische Fussreflexzonenmassage ist nicht in jedem Fall die ultimative Behandlung. Es gibt Situationen, in denen sie nicht angebracht ist. Ein erfahrener Therapeut weiss, was wann sinnvoll ist und wann die Behandlung nur eingeschränkt oder nicht erfolgen darf. Vorsicht ist vor allem geboten bei:

- Schwangerschaft bis und mit 4. Monat
- akuter Infektionen oder hohem Fieber
- akuten Entzündungen im Venen- oder Lymphsystem
- Verletzungen oder Beeinträchtigungen am Fuss, Fuss-/Nagelpilzbefall
- Epilepsie
- Diabetes
- Krebserkrankungen (nur in Absprache mit dem Arzt)
- usw.

Stand 04/2016 ak