

## Reflexní masáž plosky nohy

Podpořte své zdraví i duševní pohodu! Pomůže Vám reflexní terapie, která vyléčí celou řadu zdravotních obtíží a zároveň přivede organismus do stavu dokonalé psychické i fyzické rovnováhy.

Reflexní masáže plosek nohou jsou léčebnou metodou, jejíž pomocí lze významně ovlivňovat činnost a správnou funkci vnitřních orgánů i ostatních částí těla bez použití farmaceutických léčiv. Reflexologie je postavena na skutečnosti, že tělem proudí energie po drahách, tzv. meridiánech, které se mohou vlivem špatných podmínek zablokovat, což má za následek nemoc, nebo zdravotní potíže. Reflexní masáže plosek nohou dovedou tuto energii opět uvolnit a navodit v těle ztracenou rovnováhu. Plosky nohou jsou považovány za zrcadlo těla. Tlak na přesná místa plosek, na reflexní body, zakládá léčbu jim odpovídajícím orgánům.

### **Reflexní masáž plosky nohy a její účinky:**

Jde o masáž, která se provádí stlačením nebo naopak hlazením reflexních zón plosek nohou, které odpovídají drahám jednotlivých vnitřních orgánů, systému žláz s vnitřní sekrecí, pohybovému aparátu svalů či kostry. Jejich ovlivněním dochází reflexně buď ke stimulaci funkčně oslabených orgánů a částí těla, nebo naopak ke ztlumení jejich patologické aktivity, čímž dochází k úlevě od bolestí rozbourěných orgánů. Díky reflexologii můžeme odstraňovat blokády páteře i kloubů, tišit bolesti hlavy i záněty, povzbuzovat v činnosti nedostatečně pracující orgány, ulevovat od bolesti, posilovat imunitní systém, atd., následovala by nekonečná řada potíží, které se dají řešit pomocí této reflexní terapie.

### **Kontraindikace:**

Nedostatečná hygiena nohou, plísňová a zánětlivá onemocnění kůže nohou, onkologická onemocnění, těhotenství, horečnatá onemocnění, nezhojené zlomeniny, čerstvé úrazy hlezna i nohy, těžké revmatické postižení oblasti nohy, nártu i hlezna, diabetická noha.

**Doba aplikace:** 40 min.



## Reflexní masáž zad a šíje

Reflexní terapie je jedna z nejstarších přírodních léčebných metod.

Reflexní masáž zad je metoda, při které se stimulují body v oblasti podél páteře, zad, beder i šíje. Využívají se k masáži reflexní zóny, meridiánové dráhy a akupunkturní body. Technika provedení vychází z toho, že každý orgán má na těle tzv. reflexní zónu, která je energeticky a nervově spojena právě s daným orgánem. Masáží těchto reflexních zón se ovlivňuje funkce vnitřních orgánů.

### **Reflexní masáž zad a její účinky:**

Pomocí speciálních hmatů se stimulují ta místa na těle, která jsou spojena s nemocným orgánem nebo částí těla, na které chceme působit.

Masáž se provádí na sucho nebo s malým množstvím masážního přípravku. Díky této technice se svaly rychle uvolňují a bolest problémových partií odeznívá. Reflexní masáží se obnovuje tok energie v těle.

Tato masáž má blahodárný účinek při bolestech hlavy, bolestech svalů, kloubů. Je vhodná při akutní bolesti páteře, při zažívacích potížích, dýchacích obtížích, po úrazech aj.

Tuto masáž nabízíme po předchozím nahřátí reflexních zón pomocí parafinu, nebo suchého tepla.

### **Kontraindikace:**

Celková i lokální infekční a zánětlivá onemocnění, transplantace orgánů, nádorová onemocnění, těhotenství, nemoci kožní v místě dotyku (ekzémy, plísně, vředy, bulky, hnisající ložiska, kožní defekty), záněty žil, akutní záněty šlach, svalů a kloubů.

**Doba aplikace:** 30 min.(20 min.+10 min. nahřátí)

