

# ***Fussreflexzonen Massage***

## **Geschichte der Reflexzonentherapie/ Massage**

Die Reflexzonenmassage als Behandlungsmethode ist in vielen Kulturen seit langer Zeit bekannt. Über 5000 Jahre alte Aufzeichnungen aus China, Indien, Süd-Mittel und Nordamerika geben Hinweise darauf, dass die Behandlung der Reflexzonen weit verbreitet ist. In Mitteleuropa fand diese Methode erst viel später Eingang in die Naturheilpraktischen Anwendungen. Die heutige Form der Reflexzonentherapie wurde vom amerikanischen Arzt William Fitzgerald entwickelt . Vor allem die Weiterentwicklung durch die Krankenschwester Eunice Ingham verhalf der Methode eine breite Anerkennung. In Europa wurde die Methode durch Hanne Marquardt in den Jahren 1970-1990 erfolgreich verbreitet.

## **Idee der Reflexzonentherapie/Massage**

In der Reflexzonenmassage geht man davon aus, dass durch die Behandlung bestimmter Zonen oder Punkten am Körper, bestimmte Organfunktionen verbessert, Selbstheilungskräfte aktiviert und Schmerzen gelindert werden können. Es spielt keine Rolle wie weit die Zonen oder Punkte vom behandelten Organ entfernt sind.

Nebst der Fussreflexzonentherapie an sich, gibt es auch die Therapie für die Hände.

## **Wirkung der Reflexzonentherapie**

Auf der körperlichen Ebene können wir eine verbesserte Durchblutung und Regeneration der Organe erreichen.

Entspannung, Wohlbefinden und „sich etwas Gutes tun“ ist der Seelische und geistige Aspekt der Reflexzonentherapie, und steht als wichtiges Element im Vordergrund.

## **Angebot in der Spitex Lotzwil**

Nebst der Kosmetischen Fusspflege die wir seit einigen Jahren in unsere Spitex anbieten, freuen wir uns dass wir Ihnen auch die Fussreflexzonentherapie bei ihnen zuhause anbieten können.

Wir stellen ihnen auch gerne Gutscheine aus, damit sie ihre Angehörigen mit einer Fusspflege oder einer Fussreflexzonentherapie Überraschen können.

Judith Stettler

Fage und Kosmetische Fusspflegerin