



## La réflexologie plantaire,

**Origine :** Chine

**Historique :** de l'Égypte ancienne, au Japon, en passant par l'Inde, la Chine, mais également chez les Amérindiens, à travers les millénaires, la réflexologie plantaire s'est répandue et développée. Au XVI<sup>e</sup> siècle, elle apparaît en Europe, mais c'est au début du XX<sup>e</sup> siècle qu'un Américain, le docteur W. Fitzgerald, l'adapte à notre mode de pensée occidentale. Enfin, l'Américaine Eunice Ingham (1873-1974) établit les bases de la réflexologie moderne et la fait connaître au grand public

**Durée :** 45 min/1H (sur RDV)

**Techniques :** Pressions, pressions glissées sur la plante des pieds, autour de la cheville

**Tenue :** Vous êtes pieds nus et vous restez habillé(e)

**Produits :** Crème neutre, ingrédients 100% naturels, hydrosoluble

**Lieu :** Sur table en cabinet ou à domicile (Pour les mineurs présence d'un parent obligatoirement)

**Effets :** Détente physique et psychique, renforcement et stimulation du système immunitaire, guérison de processus pathologiques chroniques, stimulations des fonctions organiques, soulagement des douleurs, stabilisation psychique

### Indications :

- détente physique et psychique
- céphalées et migraines
- disposition aux infections chroniques
- troubles digestifs
- élimination des toxines
- rhumatismes et arthrose
- tensions du dos et autres douleurs
- affections des voies urinaires chroniques
- troubles de la menstruation
- troubles de la ménopause
- affections endocriniennes
- humeur dépressive, émotions négatives, stress et tensions nerveuses

**Contre-Indications :** Pied blessé, pied avec fractures et coupures, phlébites, problèmes veineux ou de goutte, femme enceinte à partir du troisième mois, maladies cardiaques récentes, greffe d'organe, cancer (risque de formation de dispersion de foyers), affections infectieuses et hautement fébriles, inflammation aiguë du système veineux et lymphatique, mycoses, affections parasitaires

**Réactions à la séance:** Il peut apparaître différents effets secondaires sans gravité, envie d'uriner, urines foncées et odorantes, envie d'aller à la selle, transpiration, sueur, frissonnement, toux grasse ou sèche, exagération des symptômes et fatigue profonde sur 24/48H, altération psychique (larmes, rires et tristesse)

Toutes les réactions doivent s'entendre comme des réactions de guérison. Lorsque les zones réflexes sont douloureuses, la zone organique chargée doit être élucidée par un médecin. Le massage réflexe des pieds ne remplace pas la consultation médicale

**Fréquences des séances:** Le nombre de séances pour enrayer un problème chronique installé depuis des années, est de **9 séances** chacune espacée d'un mois. Pour un problème aigu ou récent, **3 séances** espacées de 15 jours seront efficaces, à prolonger si besoin