



Copyright Katarzyna Gołębiewska

Przeciwwskazania i wyłączenie odpowiedzialności

Przypadku każdej skutecznej terapii mogą wystąpić przeciwwskazania. Tak też jest w przypadku refleksologii. Refleksologia jest bardzo bezpieczna, jeśli praktykujesz w sposób, w jaki uczysz się na tym kursie.

- Do pracy zawsze używaj kciuków i palców, abyś czuł co robisz. Nie polecam używania narzędzi, ponieważ nie będziesz czuł, z jakim naprawdę pracujesz naciskiem.
- Nie pracuj bezpośrednio na ranach, lub okolicach po niedawnych obrażeniach stóp, dopóki nie zostaną całkowicie wyleczone.
- Nie pracuj bezpośrednio na żyłkach, czy dużych bolesnych obrzękach.



Wyróżniamy przeciwwskazania całkowite oraz relatywne.

Przeciwwskazania całkowite

- Ostre stany zapalne układu żylnego lub limfatycznego.
- Jeżeli stany zapalne żył występowały wcześniej, przed rozpoczęciem refleksoterapii konieczne jest zbadanie obecnego stanu układu żylnego przez lekarza.
- Ciała obce występujące w pobliżu niezbędnych do życia narządów i układów.
- Tętniaki (o ile zostały zdiagnozowane) – rozszerzenia naczyń tętniczych, np. aorta.
- Transplantaty (przeszczepy) narządów.
- Czerniaki – w szczególności na stopach i nogach, niezależnie od tego czy operowane czy nie.

Przeciwwskazania relatywne

- Zespół Sudecka na stopie. Osoba z zespołem Sudecka może być poddawana terapii jednak nie na zajętej chorobą stopie.
- Zgorzel na stopie – np. u diabetyków lub jako późna konsekwencja silnego odmrożenia.
- Obszerna egzema lub zgeneralizowana grzybica stopy. W miejscach zajętych grzybicą z reguły nie wykonuje się terapii manualnej. W takim wypadku sprawdza się praca przez cienkie bawełniane skarpetki.
- Reumatyzm w ostrej lub bardzo bolesnej postaci dotyczący stopy. W takim wypadku wykonuje się jedynie miękkie pociągnięcia i głaskania.
- Infekcje lub schorzenia z towarzyszącą wysoką gorączką. Tacy pacjenci powinni najpierw poddać się leczeniu lekarskiemu. Pod profesjonalną opieką, refleksologia może być stosowana, jako środek wspomagający.



<http://refleksologwarszawa.pl/>

Zawsze pracuj ostrożnie, jeśli stopy są bardzo wrażliwe. W skali 1-5, gdzie 1 oznacza brak bólu, a 5 oznacza bardzo bolesny; nigdy nie chcesz być na 5.

Zostań między 1-3.

Bądź świadomy rodzaju wrażliwości dziecka.

Jeżeli dziecko jest bardzo chore (np. grypa z wysoką gorączką), odłóż sesję, aż jego ciało będzie miało czas na detoksykację, a energia Twojej pracy będzie wystarczająca do wywołania reakcji uzdrawiającej.

Jeśli dziecko cierpi na jakąś przewlekłą chorobę, początkowo przeprowadź kilka krótszych kilkuminutowych sesji - dowiesz się, jak reaguje jego ciało, aby nie przeciążać jego systemu immunologicznego. Przewlekła choroba wymaga czasu na rozwiązanie. Pracuj 1-3 razy w tygodniu zamiast jednej długiej sesji. Daje to ciału dziecka szansę na zintegrowanie pracy, detoks w razie potrzeby i odzyskanie równowagi.