

Fußreflexzonenmassage

„Lass die Seele baumeln und die Füße sprechen.“



Was die Füße so alles erzählen können, über Möglichkeiten, Anwendungsgebiete, Zielgruppen und Erfahrungswerte dieser spannenden Erholung und Therapieform mehr auf den folgenden Seiten.

INDEX:

S.1/2 **Allgemeines**

S.3 **1.** Fußreflex als Wellness-Anwendung. Erholung und Re-Vitalisierung.

S.3/4 **2.** FRZT zur therapeutischen Anwendung bei verschiedenen Beschwerdebildern

- Beschwerden des Bewegungsapparates
- Allergien/ Hautproblemen
- Schmerzzustände unterschiedlicher Ursachen
- Neurologische Beschwerdebilder.
- Akutbehandlungen z.B. bei Erkältung, Übelkeit, Verstopfung, Unfall,
- Durchblutungsförderung
- Beschwerden des Urogenitaltrakt

S.4. **3.** FRZM bei Schwangeren

4. FRZM besonders wirksam zur Behandlung von Säuglingen

S.5 **5.** Sanfte Begleitung für die letzten Stunden

S.6 **6.** Andere Gute Behandlungsergebnisse

Die Fußreflexzonenmassage

Was denken Sie zuerst wenn Sie an Fußreflexzonentherapie (FRZM) denken? Mal ehrlich? An Reflexe? Oder chinesische Tafeln mit komplizierten Zonen darauf? Oder...

Aber was ist und macht Fußreflexzonenmassage nun wirklich?

Es ist ein **ganzheitlicher Weg** der Behandlung.

Mr. Fitzgerald hat sich um 1900 als einer der ersten Mediziner über die Möglichkeit **organferner Behandlung durch Druckpunkte** Gedanken gemacht und hat so die **Zonenbehandlung** entwickelt, die Fr. Ingham, eine Masseurin 1938 gründlich überarbeitet und genial auf die winzig kleine Fläche der Füße konzentrierte und zur Fußreflexzonentherapie werden ließ.

Hanne Marquardt hat diese 1964 in eigener Praxis weiterentwickelt.

Es hat sich herausgestellt, dass der gesamte menschliche Körper und seine Organe, sowie Psychische Energien, komplett auf die Füße und ihre nahe Umgebung zu reflektieren sind. So ist also auf Reflexzonen an Ihren Füßen Ihre gesamte Geschichte gespeichert.

Ein erfahrener Therapeut kann diese aufgrund eines Sicht und Tastbefundes erfühlen und sehen und körperliche Beschwerden, seelische Zusammenhänge und geistiges Befinden gleichzeitig und im ganzen System, bei Menschen jeden Alters (auch bei Schwangeren, Babys und Bettlägerigen) und nahezu jedes Beschwerdebildes behandeln.

Es wird also „**Die Sprache der Füße**“ genutzt, um etwas über das Befinden des Menschen zu erfahren und daraufhin ganzheitlich daran zu arbeiten.

Der gesamte Bewegungsapparat, alle inneren Organe, Zähne und sämtliche andere Strukturen haben also am Fuß ihre zugehörigen Zonen.

Energieformen wie Leere, Fülle und Blockierungen sind zu fühlen und können in Balance gebracht werden.

Über diese Zonen am Fuß, die bis zu den Knöcheln reichen, ist es über eine spezifische sehr leichte, bis gegebenenfalls auch stärkere **Druck und Streichmassage** an den Füßen möglich, ähnlich der Ohrakupunktur, an den **Beschwerden UND ihren Zusammenhängen** zu arbeiten.

Ausgleichsgriffe nach unangenehmen aber gewünschten Reaktionen geben dem Körpersystem Zeit sich ausgleichend zu ordnen. Wichtig ist, daß Sie sich von auftretenden **Folgereaktionen** nicht abschrecken lassen. Sie sind wichtig und in manchen Fällen **erwünscht**. Sie gehören zum Heilungsprozess dazu.

FRZM ist zudem eine Gifte **ausleitende Therapieform**, die Die Bildung der Selbstheilungskräfte aktiviert und den Energie-Haushalt ins Gleichgewicht bringt. Deshalb ist es eine wunderbare Technik um, neben vielem Anderen, **Allergien** und **Hauterkrankungen** zu behandeln und **Alkohol, Nikotin, Medikamente** und **Schwermetallbelastungen auszuleiten**.

Man kann sie aber auch einsetzen, um das allgemeine **Wohlbefinden zu erhöhen** und **Abwehrkräfte zu stärken**. So wird Fußreflexzonenmassage zur **Wellnessmassage**.

Eine zusätzliche Möglichkeit ist es FRZM als Therapeutisches Mittel für die **tiefenpsychologische Behandlung** zu nutzen. Hier werden die Reflexzonen der Füße genutzt, um an ´auf der Fußsohle bzw. Seele liegenden´ Lebensthemen ins Bewusstsein zu rufen und damit zu arbeiten.

Dauer und **Häufigkeit** der Anwendung ist abhängig vom Patienten, dem Krankheitsbild und der Manifestation der Erkrankung. Kinder reagieren meist sehr schnell, Bei Akutbehandlungen wirkt es sofort und manchmal ist eine Langzeittherapie angesagt, weil sich das System erst wieder neu ordnen muss.

Allgemein kann man sagen, dass mit dieser Methode **Altes** nicht abgeheilte, **Akutes, im Körper gerade entstehende** Erkrankungen, aber auch Lebensthemen oder Prozesse erfolgreich behandelt werden.

1. FRZM als Wellness Anwendung

Hier geht man ohne therapeutischen Ansatz an die Massage Füße und führt eine einfache Massage und Mobilisation des Fußes durch.

Wirkung: Erfrischend, Erholend, Revitalisierend, wohltuend, Abwehrkräfte stärkend und mehr.

2. FRZM zur therap. Anwendung

Z.B. bei:

• **Beschwerden des Bewegungsapparates**

Bei manchen Menschen ist es besser nicht direkt am Ort des Geschehens zu behandeln. Sie vertragen es besser eine Anwendung über die Füße zu erfahren. Oft ist es auch nötig Muskeln und Faszien und innere Organe zu behandeln, die Zusammenhänge sind auch hier einfacher über die Füße erreichbar. Die Erfolge sind sehr gut.

• **Allergien/Hauterkrankungen**

Da es über die Füße möglich ist das ganze System nebst innerer Organe zu behandeln, das bei Allergien und Hauterkrankungen immer mit betroffen ist, ist die FRZM hier besonders wirksam.

• **Schmerzzustände unterschiedlicher Ursache**

Schmerzzustände jeglicher Art können durch die FRZM Linderung bis Heilung finden, da die Balance im System wiederhergestellt wird und akuter Schmerz über die Füße ausgeleitet werden kann.
S. Akutbehandlung

• **Behandlung neurologischer Krankheitsbilder**

Mit FRZM ist es möglich Nervenstrukturen wieder zu aktivieren und so die Wiederherstellung der Verknüpfung der Nervenbahnen bei Neurologischen Erkrankungen zu beschleunigen.

• **Durchblutungs-, Herzstörungen**

Durch schnelles oder langsames Behandeln der entsprechenden Zonen kann man die Durchblutung anregen und Blockierungen lösen. Man kann auf die Herztätigkeit beschleunigen oder beruhigend einwirkenden und die Strukturen oder Organe behandeln, die die Durchblutungsstörung bzw. die Herzbeschwerden auslösen.

• **Akutbehandlung**

Die Techniken der Fußreflexzonenmassage eignen sich hervorragend für diese Behandlungen.

Bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen mit Erkältung, Grippe, bei Unfällen, in Schocksituationen, sind insbesondere die Ausgleichsgriffe und die Aktivierung oder Beruhigung der Herz und Atemtätigkeit über die FRZM eine der schnellen und wirksamsten Techniken, wenn Energie aus dem Körper weicht. Hände hat man immer dabei und die Füße des Betroffenen lassen sich meist leicht anfassen. Etwas anderes braucht man nicht.

3. FRZM bei Schwangeren

Bei Schwangeren ist die FRZM besonders hilfreich, da es über diese Technik möglich ist Schmerzen sanft zu lindern, ohne dass die Frauen sich stark bewegen müssen. Bei quälend verlängerter Schwangerschaft wird durch Aktivieren der Gebärmuttermuskelzonen die Wehentätigkeit angeregt/erzeugt. Außerdem lassen sich viele Frauen in dieser Zeit lieber über die Füße behandeln und freuen sich über den wohltuenden Effekt.

4. FRZM besonders wirksam zur Behandlung von Säuglingen

Säuglinge sprechen ganz besonders gut auf die Berührung der Füße an. Diese Möglichkeit der Behandlung möchte ich besonders verzweifelten Müttern mit „Schreibabys“ ans Herz legen. Auch bei 3 Monatskoliken kann hier gut geholfen werden und so manche Mutter konnte sich endlich einmal wieder entspannen und gut schlafen.

5. Sanfte Begleitung für die letzten Stunden

Fußreflexzonenmassage erleichtert den Betroffenen Menschen den Übergang in das darauf folgende. Aus eigener Erfahrung, die ich an dieser Stelle mit meinem Vater machen konnte, durfte ich die heilsame Erfahrung machen, mit ihm über die Berührung der Füße bis zum Schluss in einem angenehmen Kontakt zu sein, der besondere Nähe in dieser schwierigen Situation erlaubte.

Außerdem sind erfolgreiche Behandlungen unter anderen bei den folgenden Beschwerdebildern zu vermerken:

ASTHMA
AUSLEITUNG von Giften wie Alkohol, Nikotin, Medikamenten, Schwermetallen (Zahnoperationen)
BLUTDRUCK erhöht oder erniedrigt.
BRONCHITIS
DARMPROBLEME
FIEBERHAFTER INFEKT
RHEUMA
HÄMORRHOIDEN
KRÄMPFE
LEISTENHODEN
MENSTRUATIONSBESCHWERDEN
MIGRÄNE
NARBEN
NIERENSTEINE
OHRERKRANKUNGEN
TINITUS
PROSTATA und MIKTIONSbeschwerden
REIZBLASE
RAUCHERBEIN
SEHSchwäche
SCHILDDRÜSEN-ÜBERfunktion
WARZEN
WEINKRÄMPFE
ZAHNEXTRAKTION (NACHBEHANDLUNG)
ZUR REGENERATION NACH OPS
Wie und wann auch immer man **FRZM gezielt einsetzt**, wird **Lebensqualität verbessert** und **Blockaden gelöst**.
Die Energie kann wieder freier fließen.



Natürlich Gesund

KERSTIN DREYER



Manualtherapeutin, Fußreflexzonen-therapeutin
Theaterpädagogin, Yogalehrerin, Coach

Dürenerstr.70 50931 Köln
info@yamiro.de

Tel. 0177/492 87 63
www.yamiro.de