Zwangerschapsreflexologie:

Een goede zorg voor je baby begint bij een goede zorg voor jezelf tijdens de zwangerschap. Voel goed wat je nodig hebt: voldoende voeding, beweging, rust. Goede zorg helpt om zoveel mogelijk van je zwangerschap te genieten en zwangerschapskwaaltjes te beperken.

Voetreflexmassage is een mooie ondersteuning tijdens je hele zwangerschap en zelfs nog daarna. Het helpt je te ontspannen, goed te slapen en naar je lichaam te luisteren waardoor je betere keuzes kunt maken die goed zijn voor jou en je baby. Daarnaast kan het verlichting geven bij veel voorkomende klachten zoals:

* Vermoeidheid
* Rugpijn
* Pijn in het bekken
* Slapeloosheid
* Misselijkheid
* Brandend maagzuur
* Obstipatie of diarree
* Hoge bloeddruk ( mild)
* Krampen
* Stemmingswisselingen
* Paniekaanvallen hyperventilatie
* Galbulten (mild)
* Oedeem ( vocht vasthouden)

Overtijdbehandeling/ weeën stimuleren

Sommige bevallingen laten lang op zich wachten. Voetreflexologie kan ingezet worden om de bevalling op gang te helpen. Het activeren van bepaalde reflexzones en acupuctuurpunten kan bijdragen aan het in gang zetten van de bevalling. Er is geen garantie dat het lichaam zal reageren. Uiteindelijk bepaalt het kind wanneer het komt. Meestal beginnen de weeën al vrij snel. Tijdens de behandeling kunnen er soms al harde buiken ontstaan. Soms is een herhaling van de behandeling nodig.

Stuit- of dwarsligging

Bij 25% van de zwangerschappen ligt de baby bij 30 weken nog in een stuit. Vanaf 36 weken gaan de verloskundige of gynaecoloog over tot actie om de baby te draaien. Voetreflexologie kan ingezet worden om de baby uit zichzelf te laten draaien. De behandeling is gericht op het ontspannen van spieren in het buik- bekkengebied en op het stimuleren van de activiteit van de baby, zodat deze zelf de draai kan maken.

Fertliteit:

Als zwanger worden niet zo vanzelfsprekend is, kan reflexzone therapie ingezet worden. Wanneer het proces van zwanger worden moeizaam verloopt, kan dat veel stress met zich meebrengen. Voetreflexologie helpt je spanningen los te laten en in balans te komen. Door het bewerken van specifieke reflexzones en acupunctuurpunten krijgen organen, klieren, weefsels die een rol spelen bij de voortplanting meer energie tot hun beschikking, waardoor ze hun functie beter kunnen vervullen. Het beste resultaat wordt verkregen als zowel man als vrouw een massage ondergaan.