

## Informationsblatt zu Ihrer Massage

Bitte bringen Sie zu jeder Behandlung **2 Tücher** (Leintuch/Handtuch) mit, eines als Auflage für den Massagetisch und eines zum Zudecken. Sollten Sie einmal vergessen, habe ich aber immer genügend Tücher zur Verfügung.

Vermeiden Sie es möglichst direkt vor ihrem Termin schwer zu essen oder Kaffee zu trinken.

Nehmen Sie sich Zeit, Sie können nach der Behandlung noch einige Minuten liegen bleiben.

Sollten Sie einen Termin nicht einhalten können, sagen Sie ihn bitte mindestens 24 Stunden vorher telefonisch (keinesfalls per E-Mail) ab.

Bei folgenden Erkrankungen ist von einer Massage ganz oder teilweise abzuraten. Im zweifelsfall bitte immer nachfragen:

- ☉ akute infektiöse Erkrankungen (z.B. grippaler Infekt, Erkältung,...)
- ☉ akute Entzündungen
- ☉ maligne Erkrankungen – Krebs
- ☉ Erkrankungen des Herzens (z.B. Klappeninsuffizienz, Zustand nach Herzinfarkt, Angina Pectoris,...)
- ☉ Erkrankungen des Nervensystems

Massagen können zwar während einer Schwangerschaft prinzipiell durchgeführt werden, jedoch gibt es bestimmte Massagegriffe und –techniken von welchen eher abgesehen werden sollte. Daher:

Teilen Sie mir bitte umgehend mit, falls sich Ihr Gesundheitszustand verändert oder Sie Schwanger sind.

Massage und insbesondere die reflektorischen Techniken wie Fußreflexzonen-, Segment-, Bindegewebs- und Akupunkt- Massage können „Nebenwirkungen“ haben. Sollte eine der folgenden Wirkungen im Zusammenhang mit einer Behandlung bei Ihnen auftreten können Sie beruhigt sein. Es handelt sich um natürliche, körpereigene Prozesse zur Selbstheilung und Verarbeitung von Erkrankungen.

Folgendes kann auftreten:

- ☉ Vermehrter Harn- und/oder Stuhldrang
- ☉ Vermehrte Schweißabsonderung
- ☉ Intensive(re) Träume
- ☉ Kurzzeitiges Aufflammen und vollständiges Ausheilen alter überwundengeglaubter Krankheiten
- ☉ Kurzfristige Verschlechterung Ihrer Beschwerden (bis maximal zur 4. Sitzung)