

# CO SE VLASTNĚ SKRÝVÁ POD POJMEM REFLEXNÍ TERAPIE neboli REFLEXOLOGIE ?

## Co je to reflexní terapie ?

- Reflexní terapie je jedna z **nejstarších přírodních léčebných metod** vůbec. Její stáří se stejně jako u akupunktury uvažuje kolem 5 tisíc let. [Krátce z historie](#) reflexní terapie. Tato metoda vychází ze známé skutečnosti, že na všech zakončeních těla jsou zároveň nervová zakončení. Znamená to tedy, že na chodidlech jsou reflexní plošky



všech orgánů lidského těla..

- Tyto [reflexní plošky](#) okamžitě reagují zvýšenou citlivostí na sebemenší poruchu funkce daného orgánu. Tato vlastnost je neocenitelná především v oblasti prevence, protože jsme tak schopni diagnostikovat jakoukoliv poruchu ještě dříve, než se objeví ve fyzické rovině, to znamená než si vůbec nějaký problém připustíme.
- Na lidském těle existují i jiné reflexní displeje (jako např. ruce, oči, uši, klíční kost, předloktí), ale právě chodidla nám poskytují maximální účinek těchto reflexních propojení.

## Jak nám může reflexní terapie pomoci ?

- Cílem reflexní terapie je **obnovení toku životní energie** v těle člověka.
- Reflexologicky podporuje **odstranění škodlivých látek** a příliv obranných, **zmenšuje bolesti a harmonizuje činnost orgánů**. Odstraňováním bloků reflexních drah ovlivňuje chod celého organismu. Během sezení se aktivují **přírozené uzdravující děje**, roste životní síla a rozpouštějí se i psychologické bloky.
- Reflexní terapie má vynikající výsledky v léčbě těchto příznaků

- Neplodnost
- Stavy po úrazech
- Zažívací potíže
- Únavový syndrom

- Bolesti zad
- Migrény
- Kloubní potíže
- Poruchy spánku

## Komu je léčba reflexní terapií určena

- Reflexní terapie představuje účinnou pomoc při léčbě **chronických i akutních onemocnění**.
- Je vhodná pro všechny věkové kategorie, od miminek až po seniory. Také [v těhotenství](#) je příjemné a zároveň velmi přínosné praktikovat reflexní terapii.

- **Jedinou výjimkou, kdy se nesmí reflexní terapie provádět, je stav po transplantaci orgánů.** Reflexní terapie by totiž mohla svým působením aktivovat imunitní reakce organismu, které by zkomplikovaly přijetí transplantovaného orgánu.

## Jak terapie probíhá



### 1. DIAGNOSTIKA

Při každé první návštěvě provádíme diagnostiku [reflexních plošek](#). Diagnostikujeme energeticky oslabené orgány a oblasti těla. Význam diagnostiky spočívá v tom, že **přesně definujeme příčiny našich potíží**. Tyto příčiny nemusí - a většinou také nejsou - přímo v nemocném orgánu, ale někde zcela jinde (například bolesti kolen mívají příčinu v ledvinách nebo žlučníku). Od výsledku diagnostiky se odvíjí následný postup a intenzita terapie při dalších návštěvách.

### 2. REFLEXNÍ MASÁŽ, UVOLNĚNÍ KRČNÍ PÁTEŘE A ZAD

Na základě diagnostiky následuje vlastní **reflexní masáž plošek na noze**. Po masáži provádíme **přímé uvolnění krční páteře** a následně **reflexní uvolnění celých zad**. Při tom dochází k podpoře a obnovení toku energie, lymfy i krve, čímž se urychluje a umocňuje regenerace organismu. Tato část terapie přináší výraznou úlevu a příjemné celkové uvolnění.

### 3. ROZHOVOR S KLIENTEM

Na závěr následuje nezávazná debata s klientem ohledně **životosprávy, životního stylu a obecných doporučení**.

### VAŠE AKTIVNÍ SPOLUPRÁCE

Je dobré předem uvést, že **pro rychlejší efekt léčby** je vítána vaše aktivní spolupráce. Spočívá v tom, že si vy sami (nebo vám pomůže někdo z vašich blízkých) budete pravidelně ošetřovat některé důležité reflexní plošky. Fakt, že se i vy sami zapojíte do léčby, bude mít výrazný vliv na celkový účinek terapie.

### ODRUŠENÍ GEOPATOGENNÍCH ZÓN

Na celkový efekt terapie má také nesporný vliv **možná přítomnost geopatogenních zón**. Léčba totiž může být bez odezvy, pokud většinu vašeho času trávíte pod vlivem těchto zón.

## Jak často je třeba reflexní terapii podstupovat

Léčba reflexní terapií se většinou **skládá z několika sezení**, jejichž počet závisí na stavu klienta a jeho reakci na léčbu. Obecně platí, že čím delší dobu problém klienta trápí, tím delší léčbu si jeho stav žádá.

Zpočátku je výhodné **urychlit nastartování léčebného procesu** a praktikovat reflexní terapii i několikrát týdně. Po nějaké době této intenzivní léčby můžeme přejít na frekvenci návštěv

jednou týdně. Vše se samozřejmě odvíjí od pocitů a potřeb klienta. **Zlepšování stavu je postupné**, počet sezení se tomu uzpůsobuje.

Většina klientů se po odeznění problémů rozhoduje i nadále pokračovat v návštěvách přibližně jednou měsíčně, aby si tak udrželi dosaženou tělesnou i duševní rovnováhu, která bývá v dnešním uspěchaném životě více či méně narušena.

## **Reakce na léčbu reflexní terapií**

Prvotní reakce na léčbu RT mohou být rozdílné. Jeden se bude cítit skvěle uvolněný, plný sil a elánu, druhý přesně naopak. Je velmi důležité mít na paměti, že **možná nepříjemná reakce na terapii nepotrvá dlouho a neměla by se potlačovat ani přerušovat!** Je to totiž dobré znamení, že se orgány probudily a začaly s regenerací svojí i celého organismu a **po jejím ukončení klient poskočí na vyšší úroveň zdraví.**

Reakce na léčbu jsou přísně individuální. Obecně platí, že čím jsou nemoci zastaralejší, tím obtížnější cestu ke zdraví lze očekávat. Dokonce se stává, že se bez vnějších příčin začínají objevovat příznaky již dávno potlačených nemocí.

### **Mezi možné reakce na léčbu patří:**

- zvýšená únava
- zakalená, páchnoucí moč
- častější stolice, nadýmání
- duševní rozladění
- zvýšené pocení, vyrážky na kůži
- u migrény se ještě na krátkou dobu může objevit bolest hlavy
- rýma
- občas může se objevit horečka
- neklidný spánek
- bolest zubů
- u žen se může objevit výtok
- u potíží s páteří se po počáteční úlevě může stav dočasně zhoršit

Je třeba v těchto situacích mít na mysli, že každá změna dosavadního stavu ukazuje na to, že byly probuzeny vnitřní léčivé síly organismu a začalo odvádění toxinů a škodlivých látek z těla. Proto je dobré tento přechodný stav ustát a za svoji trpělivost si vychutnat **zaslouženou odměnu v podobě pevného zdraví a psychické pohody!**