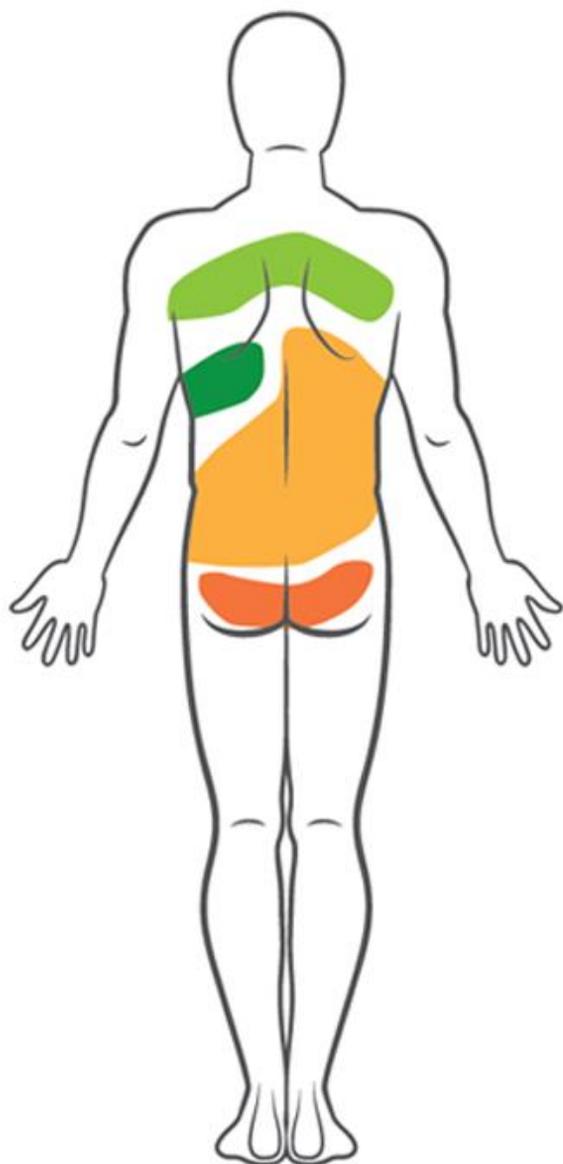


RÉFLEXOLOGIE

Zones réflexologique

Avec cette notion et au moyen d'une „carte des douleurs“ on décrit des zones de la peau, dont la manipulation a un effet indirect sur les organes et les processus internes, sans que ceux-ci soient directement traités, par le biais des connexions nerveuses et respectivement des transmissions des stimuli.

Le massage réflexologique est une alternative du traitement traditionnel et il est aussi utilisé en tant que massage de bien-être, d'où les zones réflexologiques de la main et du pied sont les plus connues. Les effets de ce massage, que vous pourriez facilement vous faire vous-même à l'aide des balles de lacrosse, ne sont pas tout de même scientifiquement prouvés, malgré sa popularité.



-  organes des sens
-  cœur, psychisme, système immunitaire
-  nuque, épaules, bras
-  voies respiratoires
-  système digestif
-  fertilité
-  bassin, hanche, jambes

La méthode Dorn

La méthode Dorn est une thérapie vertébrale, issue de la médecine naturelle. Elle est basée sur la malposition des vertèbres en tant que cause pour de nombreux douleurs, car de chaque canal rachidien entre les vertèbres sort une paire de nerfs, qui est, simplement dit, responsable pour des zones différentes du corps.

Avec le massage le long de la colonne vertébrale, pour lequel la double balle est parfaitement adaptée, les vertèbres sont censées retrouver, par la légère pression, leurs places correctes pour diminuer les douleurs. La méthode est connue, grâce à son découvreur, surtout en Allemagne et cependant il n'y a pas de preuves pour son efficacité.



-  organes des sens
-  cœur, tête, psychisme
-  nuque, épaules, bras
-  voies respiratoires
-  système digestif
-  fertilité
-  bassin, hanche, jambes
-  système immunitaire
-  peau