



Therapeutische massage

Bij een therapeutische massage is het uitgangspunt meer dan het verlichten van klachten. Samen met je massagetherapeut ga je op zoek naar de oorzaak van je klacht om daar vervolgens de focus op leggen. Hoe komt het dat mijn schouders zo vast zitten? Waarom heb ik steeds hoofdpijn? Waarom heb ik geregeld rugklachten?

Balans in lichaam en geest

Soms worden er door een arts geen aantoonbare lichamelijke defecten gevonden worden. Mogelijk zijn er gebeurtenissen die verwerkt moeten worden voordat je verder kunt. Scheiding, rouw, relatieproblemen, ontslag of een ruzie kunnen redenen zijn. Een massagetherapeut zal zijn/haar best doen om je te helpen jouw balans in lichaam en geest te hervinden. Bij twijfel zal de massagetherapeut u altijd verzoeken uw huisarts te raadplegen.

Wat kan ik verwachten?

In een 1-op-1 setting werkt de massagetherapeut aan je probleem. De therapeut bespreekt aan de hand van een intakegesprek wat voor jou de beste aanpak is.

Een goede massagetherapeut kent verschillende massagetechnieken, heeft kennis van het menselijk lichaam, is communicatieve vaardig en heeft voldoende psycho-sociale kennis. Hiermee kan de massagetherapeut verbinding leggen tussen lichamelijke klachten en de psychische factoren.

Bij medische klachten is voor een therapeutische massage geen verwijsbrief nodig. Breng indien nodig wel uw huisarts op de hoogte van uw massagebehandeling.

<http://www.massages4all.nl/massagetechnieken/therapeutische-massage.html>