

NEU
unser Workshop

Fußreflex- zonenmassage



Die Fußreflexzonenmassage gehört in der Therapie zu den alternativmedizinischen Behandlungsformen. Die Massage der Fußreflexzonen erfolgt über klar definierte Zonen am Fuß, die bestimmte Reaktionen je nach Beschwerdebild im Körper herbeirufen.



**... mehr auf der
nächsten Seite**



07022 979009

info@solino-salzgrotte.de

Die Fußreflexzonenmassage

Die **Fußreflexzonenmassage** gehört in der Therapie zu den alternativmedizinischen Behandlungsformen. Die Massage der Fußreflexzonen erfolgt über klar definierte Zonen am Fuß, die bestimmte Reaktionen je nach Beschwerdebild im Körper herbeirufen.

So kann die Massage am großen Zeh zum Beispiel auf Kopfschmerzen wirken. Der Schmerz wird durch die menschliche Selbstheilungskraft gemindert. Auch das Immunsystem kann durch die verbesserte Durchblutung im Körper gestärkt werden. Zusätzlich wird das Gewebe und die Muskulatur der Füße durch die Akupressur gelockert. Speziell bei Verdauungsproblemen zeigt diese Massagetechnik große Wirkung.

Geschichte der Fußreflexzonen

Die Geschichte der **Fußreflexzonenmassage** reicht vom alten Ägypten, bis hin zum gelben Buch des Kaisers in China. Überlieferungen gibt es aus der ganzen Welt. Heute bieten ausgebildete Heilpraktiker und Masseure diese Therapieform der gezielten Fußmassage vor allem in der Wellnessbranche an. Die ganzheitliche Wirkung der Fußreflexzonentherapie kann aber auch in der Schmerztherapie, bei Durchblutungsstörungen und in der Physiotherapie als unterstützende Anwendung das Wohlbefinden verbessern.

Die Fußreflexzonen im gelben Buch des Kaisers

Die tatsächliche Fußreflexzonologie entwickelte sich allerdings in derselben Epoche wie die Akupunktur und die traditionelle chinesische Medizin (TCM) – etwa 400 vor Christus. Eine der ältesten überlieferten Aufzeichnungen ist das **gelbe Buch des Kaisers** Hwang Tee von China.

Mit dem Titel “Nei Jing Gwan-Dsche fa” beschreibt er die Fußreflexzonen. Vor allem aber hält er in dem Buch seine Beobachtungen fest: Werden bestimmte Reize an speziellen Fußreflexzonen gesetzt, so kann man einen positiven Einfluss auf die Organfunktionen feststellen.

Marco Polo – kannte er bereits die positive Wirkung der Fußreflexzonen Massage?

All diese Schriftstücke wurden allerdings erst mit **Marco Polo nach Europa** gebracht. Damit wurde bewiesen, dass **China** tatsächlich den **Ursprung der Reflexzonenmassage** begründet.

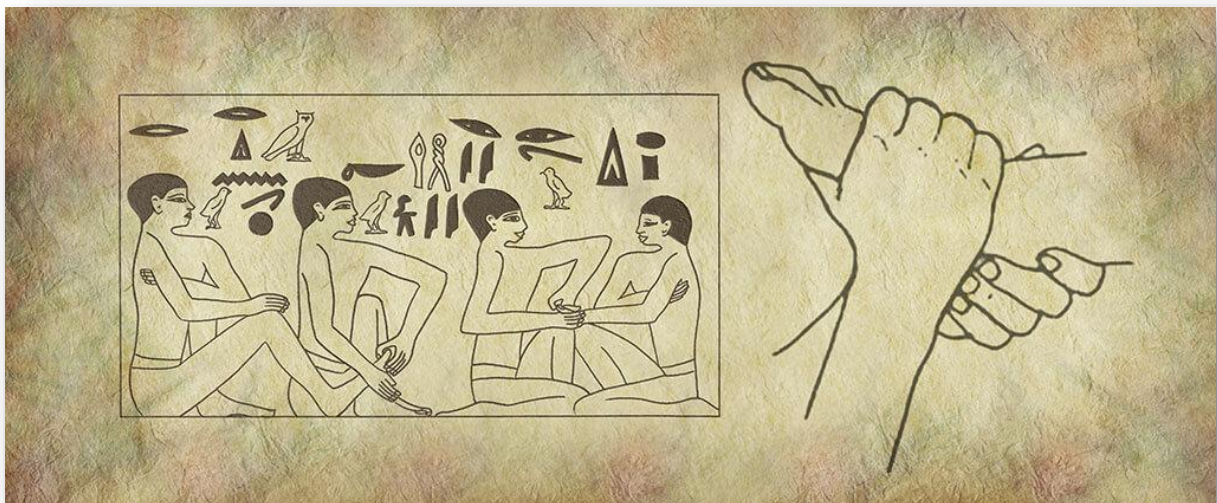
Zugleich aber auch das Ursprungsland der traditionellen Punkte-Massage und der Akupunktur ist. Dass es diese Überlieferungen bis nach Europa geschafft haben, ist heute fast wie ein Wunder. Immerhin gab es in der chinesischen Geschichte einige Kriege, Katastrophen und Machtwechsel.

Auch die Verbrennung medizinischer Werke hätte dies womöglich verhindern können. Ob es tatsächlich alles Wissen über die **Akupunktur** und die **Fußreflexzonen** in den Westen geschafft hat ist jedoch fraglich. Immerhin haben viele chinesische Lehrer in der Vergangenheit spezielles Wissen nur teilweise übermittelt, da sich Angst hatten, ihre Schüler könnten besser als sie sein.

William Fitzgerald – Fußreflexzonen Massage – Zone Therapy

Mit der Zeit gerieten die Erkenntnisse im Westen allerdings in Vergessenheit. Erst 1913 wurde die Wissenschaft auf die Methode gestoßen. Denn der amerikanische Arzt **Dr. William Fitzgerald** veröffentlichte seine moderne medizinische Theorie **“Zone Therapy”**, die sich vor allem mit den Lehren der Fußreflexzonen befasste.

Inzwischen gibt es mehrere Bücher über die Fußreflexzonen, da sich immer mehr westliche Wissenschaftler an den Forschungsarbeiten beteiligen.



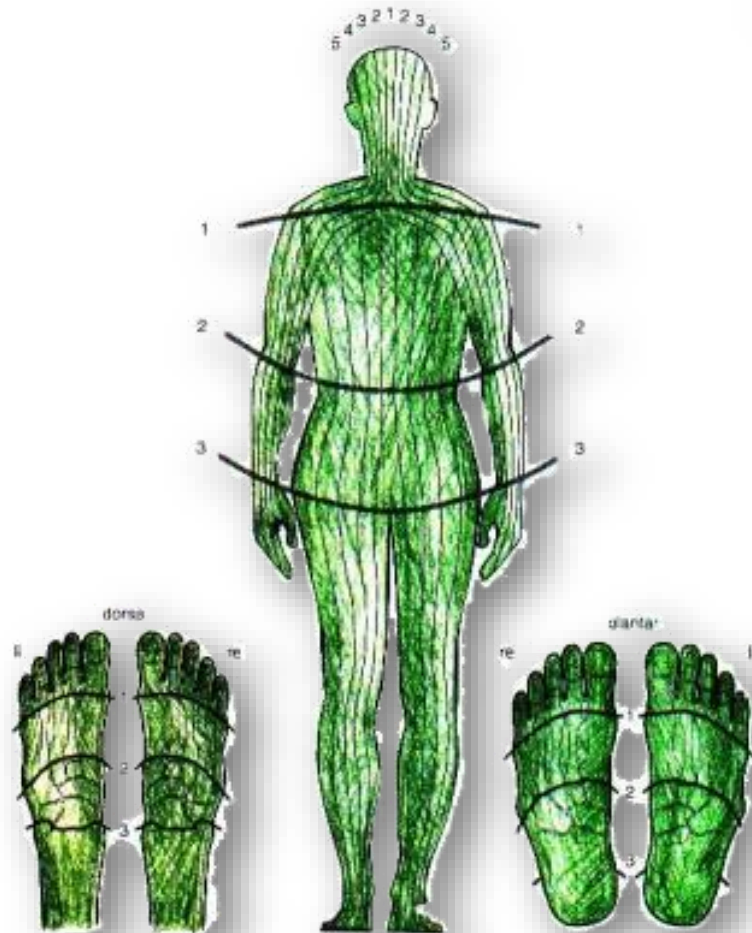
So auch die Schweizerin “Schwester Hedi Masafret”, die als Krankenschwester in China arbeitete. Sie veröffentlichte das Buch “Gesund in die Zukunft” und befasst sich besonders mit der Fußreflexzonentherapie.

In den **USA** brachten die Untersuchungen des amerikanischen Arzt Dr. **William Fitzgerald** (1872-1942) und seiner Reflexzonentherapie neue Erkenntnisse. Viel lernte der amerikanische Arzt Dr. William Fitzgerald durch das Studieren der indianische Volksmedizin.

Wenn man es genau nimmt, dann ist die **Fußreflexzonenmassage** bereits **über 4000 Jahre alt**. Die **Ägypter** haben nämlich schon damals spezielle Punkte der Fußsohlen massiert. Dies geht vor allem aus bestimmten Wandmalereien der Ägypter hervor.

So finden sich in Sakkara, an den Grabwänden des Physikers Ankmahor spezielle Illustrationen, die den therapeutischen Nutzen von der Massage bestimmter Punkte auf den Füßen und Händen abbilden. Diese Malereien stammen etwa aus der Zeit um 2.330 vor Christus und sind somit über 4000 Jahre alt.

Der amerikanische HNO-Arzt Dr. William Fitzgerald (1872-1942) studierte das jahrtausendalte Wissen der Indianer auf diesem Gebiet. Um Zusammenhänge therapeutischer Art zwischen Körper und den Füßen aufzuzeigen, erstellte er eine Rastereinteilung von 10 vertikalen und 3 horizontalen Körperzonen. Er konnte durch jahrelange Beobachtung empirisch (durch Erfahrung) nachweisen, dass die in der jeweiligen Längszone am Körper angeordneten Organe und Gewebe auf der entsprechenden Zone am Fuss therapierbar sind. Im Jahre 1917 veröffentlichte er in Zusammenarbeit mit Dr. Bowers das Buch "Zone-Therapie".



Rastereinteilung nach Dr. William Fitzgerald

1958 lernte die deutsche Masseurin Hanne Marquardt diese Methode kennen. Nach anfänglichen Zweifeln setzte sie sich intensiv mit diesem Wissen auseinander. 1967 bot sie erstmals Kurse an und legte somit den Grundstein für die heutige weite Verbreitung der Reflexzonenmassage in Europa. 1975 hat sie das erste ihrer zahlreichen Bücher veröffentlicht.