

Wat je kunt ervaren na een VoetreflexPlus™ massage

Na een VoetreflexPlus™ massage kun je verschillende lichamelijke en emotionele reacties merken. Deze zijn heel normaal en maken deel uit van het natuurlijke herstelproces van je lichaam. Veelvoorkomende reacties zijn bijvoorbeeld:

- een loom of moe gevoel
- veel gapen
- tintelingen in je lichaam
- een droge mond
- emotionele ontlading
- diepe ontspanning
- een energieboost
- tijdelijke verergering van klachten

Dit zijn allemaal signalen dat jouw lichaam bezig is zichzelf te herstellen en opnieuw in balans te brengen. Je zelfgenezend vermogen wordt geactiveerd en dat is precies wat we willen bereiken.

Hoeveel behandelingen zijn nodig?

Vaak merk je al verbetering na 4 tot 8 behandelingen, met een regelmatige frequentie. In sommige gevallen verdwijnen klachten volledig, in andere gevallen worden ze aanzienlijk minder. Hoe snel dit gebeurt, hangt af van de aard van je klacht. Chronische klachten hebben meer tijd nodig dan recente of milde klachten.

Een holistische aanpak

VoetreflexPlus™ kijkt verder dan alleen je voeten. Voor het beste resultaat kijken we samen naar het totaalplaatje:

- Hoe is je voeding?
- Hoe slaap je?
- Hoe ziet je dagelijkse leven eruit?
- Wat zou je willen en kunnen veranderen?