

La réflexologie pour les femmes enceintes



La réflexologie est une technique naturelle et douce qui repose sur le principe que chaque organe, partie du corps ou fonction physiologique correspond à une zone ou un point sur les mains, le visage ou les pieds. Le réflexologue exerce donc des pressions sur ces zones, en fonctions de vos besoins.

Pendant la grossesse, le corps de la future maman change et certains troubles peuvent apparaître. La réflexologie présente de nombreux avantages et apporte un réel support comme par exemple :

- Apporte beaucoup de détente et diminue le stress
- Soulage les maux de tête, les nausées et vomissements
- Permet de combattre les troubles digestifs et la constipation
- Améliore la circulation du sang et permet de lutter contre les jambes lourdes et les hémorroïdes
- Soulage les œdèmes
- Aide à améliorer la qualité du sommeil
- Permet de soulager les douleurs diverses (ventre, dos, sciatique...)
- Améliore la respiration
- Prépare à l'accouchement

Contrairement aux idées reçues, on peut débuter des séances de réflexologie dès le début de grossesse. Car vous l'avez compris, c'est une technique 100 % naturelle et il serait tellement dommage de s'en priver dans cette étape majeure où justement, il n'est en général pas possible de prendre de médicaments !

Pour plus d'informations, contactez-moi :

Christine Lejeune / Réflexologue intégrale (pieds, mains et faciale en Dien Chan)

Lieu des séances de réflexologie : 80000 Amiens - 80260 Rubempré et 80630 Beauval

Exemple de tarif pour une séance de réflexologie plantaire (durée 1h) : 50€

Mail : christinereflexonatur@gmail.com

Site web : www.christine-lejeune-reflexologue.fr

