

Institut Kappel Wuppertal
Europäisches Studienkolleg für Aus- und Weiterbildung

Höchsten 3, Postfach 13 16 52, 42043 Wuppertal
Studiensekretariat Zentrale Telefon Nr.: 0202 – 440 421

Fax: 0202 – 244 39 80

E-Mail: info@institut-kappel.de

Internet: www.institut-kappel.de

KOSTENLOSE LESEPROBE

Sehr geehrte Interessentin,
sehr geehrter Interessent,

hier finden Sie eine kostenlose Leseprobe zu dem von Ihnen gewünschten, berufsbegleitenden Ausbildungslehrgang am Institut Kappel Wuppertal als pdf-Datei.

Die Studieninhalte sind entsprechend der Lehrgangsgliederung bzw. der Infoschrift zu entnehmen.

Alle Lehrgänge bestehen aus mehreren Studien-Lehrordnern, welche durch didaktisch-pädagogische Aufbereitung eine optimale berufsbegleitende Aus- bzw. Weiterbildung darstellen.

Erfahrene Fachdozenten des Institut Kappel Wuppertal stehen Ihnen während der gesamten Ausbildungszeit zur Verfügung, um Ihnen beispielsweise bei eventuellen Unklarheiten oder Verständnisproblemen während Ihres Studiums weiterzuhelfen.

Eine Lernkontrolle erfolgt durch Prüfungsfragen, Kontrollfragen oder Übungen am Ende einer jeden Studienlektion.

Für die tägliche Lernzeit sollten Sie von ca. 30 bis 45 Minuten pro Tag ausgehen.

Obwohl Ihnen die vorliegende Leseprobe sicherlich nur einen „kleinen Eindruck“ der Gesamtausbildung vermitteln kann, würden wir uns freuen, auch Sie im Rahmen der Wuppertaler Studiengemeinschaft begrüßen zu dürfen.

Wir verbleiben für heute

mit freundlichen Grüßen aus Wuppertal

Frau Schneider, Studiensekretariat

Gliederung

-Einführung

- 1.0 Geschichte und Entwicklung der Reflexzonenmassage
- 1.1 Die Zonentheorie/Rasterbild der Zonen
- 1.2 Die Längs- und Querzonen des Körpers sowie die Entsprechung am Fuß
- 1.3 Praxis der Reflexzonen-Behandlung am Fuß
- 1.4 Die Voraussetzungen für eine erfolgreiche Massage
- 1.5 Reflexzonenmassage durch einen Therapeuten
 - 1.5.1 Reflexzonenmassage als Selbstmassage
- 1.6 Grifftechniken
- 1.7 Dauer der Behandlungen
- 1.8 Ablauf einer Reflexzonen-Behandlung
 - 1.8.1 Kopfzonen
 - 1.8.2 Gelenk-, Muskel- und Wirbelsäulenzonen
 - 1.8.3 Zonen der ableitenden Harnwege
 - 1.8.4 Zonen der Verdauungsorgane
 - 1.8.5 Zonen der Atmung
 - 1.8.6 Herzzonen
 - 1.8.7 Drüsen- und Lymphzonen
- 1.9 Erstuntersuchung des Fußes
 - 1.9.1 Fußreflexzonen-Diagnostik
- 1.10 Der erste Eindruck
- 1.11 Reaktionen während der Untersuchung
- 1.12 Akute Reaktionen während der Massage
- 1.13 Fußreflexzonenmassage als Prophylaxe
- 1.14 Technische Hilfsmaterialien für die Fußreflexzonenbehandlung
- 1.15 Angrenzende Naturheilverfahren
- 1.16 Indikationen der Fußreflexzonen-Behandlung
- 1.17 Kontraindikationen der Fußreflexzonen-Behandlung
- 1.18 Die einzelnen Heilanzeigen
- 1.19 Krankheitsregister von A-Z
 - 1.19.1 Erkrankungen der Atmungsorgane
 - 1.19.2 Augen und Ohrenerkrankungen
 - 1.19.3 Erkrankungen der Ausscheidungs- und Geschlechtsorgane
 - 1.19.4 Herz- und Kreislaufkrankungen
 - 1.19.5 Nervenerkrankungen

- 1.19.6 Rheumatische Erkrankungen
- 1.19.7 Beschwerden im Halswirbelbereich
- 1.19.8 Rheumatismus
- 1.19.9 Erkrankungen der Verdauungsorgane und Stoffwechselstörungen
- 1.20 Andere Erkrankungen
- 1.21 Fußreflexzonen-Massage zur Selbsthilfe
- 1.22 Die Handzonen-Massage
- 1.23 Praxis der Handreflexzonen-Massage
- 1.24 Zonen der Wirbelsäule
- 1.25 Zonen der oberen Lymphwege
- 1.26 Zonen der Verdauungsorgane
- 1.27 Zonen des Kopfbereiches
- 1.28 Zonen des Sonnengeflechtes
- 1.29 Entspannungsübungen

1.8.5 Zonen der Atmung

Vgl. Abbildungen 14, 15, 16, 17

Man beginnt hier mit der Massage der Nasen- Rachenraum-Zone, welche sich auf der Oberseite der Großzehen befindet und dabei von der Innenseite bis zum Zwischenzehraum zieht.

Diese Zone ähnelt einem Halbkreis und befindet sich etwa je zur Hälfte auf dem 1. und 2. Zehenglied.

Als nächstes wird die Zone der Luftröhre und Bronchien auf dem Fußrücken behandelt. Sie befindet sich im Zwischenzehraum und läuft zwischen dem 1. und 2. Mittelfußknochen aufwärts (bis etwa zur Mitte dieser beiden Knochen).

Anschließend geht man zur Behandlung der Lungen- Rippen- Reflexzonen über. Diese Zonen führen auf den 5. Mittelfußknochen quer über den Fußrücken und werden an den Innen- und Außenfüßen fortgesetzt.

Zum Abschluss der Massage werden die Fußreflexzonen der Atemorgane behandelt.

Hierbei wird die Luftröhre- Bronchien-Zone, ausgehend vom 1. Zwischenzehraum abwärts zwischen dem 1. und 2. Mittelfußknochen (bis ungefähr zur Mitte dieser beiden Knochen) massiert.

Anschließend wird die Zone der Lunge massiert. Sie entspricht, (ähnlich wie am Fußrücken) weitgehend dem Verlauf des Mittelfußes. Gleichzeitig wird die Zone des Zwerchfells massiert, welche sich als Ellipse zwischen dem 2. und 3. Mittelfußknochen befindet.

MERKE:

Die Behandlung der Atemorgane beginnt mit der Zone des Nasen- Rachen-Raums und endet mit der Massage der Lungen- und Zwerchfell-Zonen.

1.8 Ablauf der Reflexzonenbehandlung

Die Füße des Patienten werden so auf eine Massagebank gelegt, dass sie für den Therapeuten in aufrechter, entspannter Haltung gut zu erreichen sind.

Grundsätzlich ist es dabei gleichgültig, ob mit dem linken oder dem rechten Fuß die Massage begonnen wird. Der Patient sollte während der Massage die Möglichkeit haben, den Fuß zurückzuziehen, falls eventuell starke Schmerzen auftreten sollten.

Der Therapeut sollte seine Arbeit in einer lockeren Arbeitsweise durchführen, damit der Patient sich auf keinen Fall verkrampft oder gar ängstigt.

Damit der Patient der Fußreflexzonen-Massage aufmerksam folgen kann, sollte er ruhig und entspannt atmen und sich nicht durch zu häufiges Reden ablenken.

Der Therapeut sollte durch Streichungen der Füße die ersten Eindrücke sammeln über:

-Temperatur

-Hautbeschaffenheit

-Statik der Füße

-Gewebetonus

Mit beiden Händen wird nun der Fuß massiert. Die eine Hand arbeitet am Fuß während die andere den Fuß stützt.

Das richtige Dosierungsmaß der Reflexzonenbehandlung hängt von den spontanen Reaktionen des Patienten auf die ersten Tastimpulse hin ab.

Die Arbeitsstärke sollte sofort reduziert werden, wenn der Patient den behandelten Fuß zurückzuckt oder sogar vor Schmerz aufschreien sollte. Die Arbeitsstärke des Masseurs sollte dann gesteigert werden, wenn der Patient die Massage nur in geringem Maße (bzw. überhaupt nicht) spürt.

Indem Moment, wo die individuelle Schmerzgrenze beim Patienten erreicht ist, kann dieses Maß während der Behandlung beibehalten werden.

Diese gleichbleibende Dosierung löst an verschiedenen Stellen am Fuß unterschiedliche Empfindungen aus. So kann zwischen gesundem Gewebe und gestörten Reflexzonen verglichen werden. Dadurch, dass der Therapiereiz einige Male (jedoch nicht konstant hintereinander an derselben Stelle) während einer Reflexzonen-Massage wiederholt wird, kann der Massageeffekt stabilisiert werden.

Da die Reflexzonen während der Massage besser durchblutet werden, schmerzen sie entsprechend auch weniger.

Das Ziel der Reflexzonen-Massage ist dann erreicht, wenn der Schmerz beim Patienten nachlässt bzw. die Massage für den Patienten gut verträglich wird.

MERKE:

Die Reflexzonen-Massage erfolgt immer an beiden Füßen wobei die Behandlung jedoch nicht gleichzeitig an beiden Füßen oder sprunghaft durchgeführt werden sollte. Empfehlenswert erscheint es, nach Körperzonen unterteilt zu behandeln.

Fragen zur Selbstkontrolle

1. Skizzieren Sie den anatomischen Aufbau eines Fußes (vgl. Abbildung 2)!

2. Einmalig vorhandene Organe reproduzieren sich im Sinne der Fußreflexzonen-Theorie nur einmal in einem Fuß (gemäß ihrer anatomischen Lage!

- a) richtig
- b) falsch

3. Der Erfolg der Reflexzonen-Behandlung hängt von einigen Grundvoraussetzungen ab. Nennen Sie diese Voraussetzungen!

4. Nennen Sie mindestens 5 verschiedene Faktoren, welche auf den Ablauf einer Reflexzonenbehandlung störend wirken können!

- a)-----
- b)-----
- c)-----
- d)-----
- e)-----

5. Beschreiben Sie mit Ihren eigenen Worten, wie Sie als Therapeut/in mit Ihren Händen den Fuß des Patienten halten bzw. massieren!

6. Wieso nimmt der Daumen des Therapeuten bei der Reflexzonen-Behandlung eine zentrale Stellung ein?

7. Was versteht man unter:

- a) Aktivierender Massagegriff
- b) Sedierender Massagegriff

8. Wie viel Zeit sollten Sie sich als Therapeut/in für die Erstbehandlung/Untersuchung nehmen?

- a) 40 bis 60 Minuten
- b) 60 bis 120 Minuten
- c) genau 90 Minuten

9. Durch Streichungen der Füße des Patienten erhalten Sie den ersten Eindruck über:

- a)-----
- b)-----
- c)-----
- d)-----

10. Wovon hängt das "richtige" Dosierungsmaß des Massagedruckes ab?

11. Die Reflexzonen-Massage erfolgt immer an beiden Füßen;

jedoch nicht oder sprunghaft

Empfehlenswert ist, nach unterteilt zu

behandeln.