



Melissa Stern

Masseurin und medizinische Bademeisterin

Teammitglied seit Juli 2017.

2011 Staatsexamen als Masseurin und medizinische Bademeisterin, Aromatherapeutin.

Fortbildungen Hot Stone Massage und am IOKAI Shiatsu Institut Rheinland Examen als Fußreflexzonentherapeutin.

2013 Examen als Lymphdrainagetherapeutin / Ödemtherapeutin/KPE.

2017 Fortbildung Premiumgym Funktionelles Taping nach dem Kinesio-Konzept.

2018 Fortbildung Akupunkt-Massage nach Penzel (APM) und Schmerztherapeutin nach Liebscher & Bracht (LNB)

Bei uns sind Sie in guten Händen

- Atemtherapie (auch bei Mukoviszidose)
- Bobath-Konzept
- Dreidimensionale Skoliose-therapie n. K. Schroth
- fay@-DAS FASZIEN YOGA
- Funktionelle Orthonomie & Integration (FOI)
- Kiefergelenkstörungen (CMD)
- Kinesio-Meditaping
- Krankengymnastik
- Lymphdrainage
- LNB-Schmerztherapie
- Manuelle Therapie
- Massage
- Pilates
- PNF
- Radiale Trigger-Stoßwellentherapie
- Triggerpunkttherapie

Auf sanften Sohlen

Fußreflexzonentherapie

Die Füße massieren, wenn der Bauch wehtut oder der Nacken spannt? Die Fußreflexzonentherapie geht viele alltägliche Beschwerden buchstäblich von ganz unten an: Die Fußsohlen verraten nicht nur eine Menge über unsere Gesundheit, sie sind auch als Ausgangspunkt zur erfolgreichen Behandlung und Schmerzlinderung bestens geeignet. Die Fußreflexzonentherapie wird in der Physiotherapie-Praxis Jürgen Meier von Expertin Melissa Stern angeboten.

Frau Stern, was verbirgt sich hinter der Fußreflexzonentherapie?

Die Fußreflexzonentherapie ist eine ganzheitliche Therapie, man kann sich die Fußsohle dabei als eine Landkarte des gesamten Organismus vorstellen. Jedes Organ, jeder Muskel und Knochen wird einem Gebiet auf dieser Landkarte zugeordnet, so können wir gezielt bestimmte Körperregionen ansprechen und behandeln. Das Gehirn steht etwa mit einer Stelle am großen Zeh in Verbindung, die Hormondrüsen mit der Ferse.

Wie funktioniert und wirkt sie?

An den Füßen befinden sich sehr viele Nervenrezeptoren. Als Therapeutin setze ich mit den Fingern an der Reflexzone an, massiere gezielt mit Griffen und Drücken und leite so Nervenimpulse über das Rückenmark oder das Gehirn zum entsprechenden Organ oder Körperteil. Je nach Art der Störung können wir sowohl beruhigend als auch anregend auf die Reflexzone und ihr dazugehöriges Organ einwirken. Die eigenen Heilkräfte werden angeregt und die Organfunktion harmonisiert.

Wo wird die Fußreflexzonentherapie erfolgreich angewendet?

Mit der Therapie ist es möglich, Schmerzen zu lindern, zum Beispiel bei Muskelverspannungen, rheumatischen Erkrankungen oder Menstruationsbeschwerden. Sie kann Organe auch zu einer stärkeren Tätigkeit anregen wie beispielsweise den Magen-Darm-Trakt. Nachgewiesen ist auch ihre angstlösende und beruhigende Wirkung.

Wie sind Ihre praktischen Erfahrungen?

Sehr gut. Migränepatienten spüren oft schon nach nur einer Behandlung eine deutliche Verbesserung. Sehr gute Erfolge erzielen wir auch bei Menstruationsbeschwerden. Neulich kam eine Patientin mit Rückenschmerzen zur Massage, im Verlauf der Therapie haben wir ein Magenproblem diagnostiziert und direkt mitbehandelt.

Warum haben Sie sich für die Fortbildung auf diesem Gebiet entschieden?

Ich habe die Fußreflexzonentherapie in meiner Ausbildung kennen und schätzen gelernt. Bei mir und Kolleginnen hat sie wunderbar geholfen. Das wollte ich gerne an unsere Patienten weitergeben und freue mich über jeden Erfolg.

Das Interview führte Petra Stoll-Hennen

»Viele Beschwerden und Schmerzen können mit der Fußreflexzonentherapie schnell und sanft gelindert werden.«

Jürgen Meier

PRAXIS FÜR PHYSIOTHERAPIE JÜRGEN MEIER

Birkenweg 44 b, 51503 Rösrath, Telefon 02205 83150



Fotos: RÖSRATHerleben (2)

JÜRGENMEIER



www.meier-roesrath.de