

### Główne przeciwwskazania do wykonania zabiegu masażu/masażu z terapią:

*Dla większości Klientów masaż jest bezpiecznym i regenerującym zabiegiem, pozytywnie oddziałującym zarówno na umysł, jak i ciało. Są jednak sytuacje, w przypadku, których warto z niego zrezygnować\*. Osoby, których dotyczy jedna z wymienionych niżej sytuacji, nie powinny poddawać się masażowi:*

- ❖ *spożywanie alkoholu i/lub narkotyków przed masażem*
- ❖ *nowotwory złośliwe i łagodne*
- ❖ *gorączka, osłabienie lub wyczerpanie po przebytej infekcji wirusowej*
- ❖ *menstruacja\*\**
- ❖ *epilepsja*
- ❖ *stany zapalne w zaostrzonym stadium*
- ❖ *wczesne stany po zabiegach operacyjnych, świeże stany pourazowe (złamania, zwichnięcia)*
- ❖ *hemofilia, możliwość wystąpienia krwawienia, krwotoku*
- ❖ *zmiany dermatologiczne, stany zapalne, ropne, alergiczne skóry, infekcje skórne*
- ❖ *niewydolność krążeniowo – oddechowa i wady serca, obrzęki pochodzenia sercowego, choroby układu sercowo-naczyniowego, wszczepiony rozrusznik serca, obrzęk w wyniku ostrych stanów zapalnych, zapalenie naczyń chłonnych*
- ❖ *nieuregulowane nadciśnienie (leczone, wyrównane nie jest przeciwwskazaniem)*
- ❖ *zaawansowana miażdżyca naczyń obwodowych, zakrzepica żył, tętnic, żyłaki, ostra neuropatia, tętniaki*
- ❖ *okres pierwszego trymestru i ostatniego miesiąca ciąży, okres ciąży z powikłaniami\*\*\**
- ❖ *astma, gruźlica, ostry obrzęk płuc*
- ❖ *niewydolność wątroby i nerek*
- ❖ *osteoporoza*
- ❖ *jaskra*
- ❖ *stany psychiatryczne, leczenie psychotropowe\**

*\*W przypadku wątpliwości odnośnie stanu zdrowia należy skonsultować się z lekarzem.*

*\*\*W przypadku menstruacji odradzany jest masaż szczególnie w pierwszych dwóch dniach jej trwania lub przy bardzo obfitych, bolesnych menstruacjach. Lekkie krwawienie pod koniec menstruacji nie jest przeciwwskazaniem.*

*\*\*\*W przypadku ciąży chęć skorzystania z zabiegu masażu najlepiej jest potwierdzić z lekarzem prowadzącym. Kobietom w ciąży, które mogą z niego skorzystać proponuję masaż relaksacyjny/terapię łagodnej bioenergetyki w wersji dla kobiet w ciąży.*