

Japanse gezichtsmassage

Relatieve contra-indicaties Japanse gezichtsmassage (mag plaatselijk niet gemasseerd worden):

- Huidgezwollen en verdachte pigmentaties (in overleg)
- Eczeem, Psoriasis
- Ontstekingen, zoals acne, koortslip
- Opgezette schildklieren
- Acute fase van letsel of lokale aandoeningen
- *Blauwe plekken en kneuzingen*
- *Spataderen*
- *Reuma*

In de meeste gevallen is reuma een contra-indicatie, maar bij bepaalde vormen van reuma is massage wel mogelijk, bijvoorbeeld als er geen sprake is van actieve ontstekingen. Overleg dit met een medisch deskundige.

- *Zwangerschap na 3 maanden*
Graag in samenspraak met een arts.

- *Burn-out of extreme vermoeidheid*
men kan zich nog vermoeider gaan voelen. Het lichaam kan de massageprikkels dan onvoldoende of slecht verwerken. Raadpleeg uw arts

Absolute contra-indicaties Ontspanningsmassage (er zal geen massage plaats vinden):

- Kanker
- *Zwangerschap tot 3 mnd en gecompliceerde, risicovolle zwangerschap*
- Tijdens het gebruik van een antibiotica
- *Neurologische ziekten (zoals dementie, hersentumoren, Parkinson, epilepsie)*
- *Huidontstekingen*
- *Koorts*
- Gebruik van antidepressivum (raadpleeg arts)
- *Algemene infectieziekten (griep, erge verkoudheid, keelontsteking)*
- *Multiple Sclerose; MS*
- *Hoge bloeddruk– Zeer ernstige vaataandoeningen (kans op beschadiging)*
- *Hartklachten en/of hartafwijkingen (hartritme storingen)*
Alleen met toestemming van uw arts
- *Besmettelijke huidziektes, steenpuisten (uitbreiding of besmetting)*
- *Neurogene klachten (uitstralende pijn, zoals een hernia)*
- *Traumatische klachten (grote open wonden)*
- *Orthopedische klachten (klachten met uw botten)*
- *Diabetes (raadpleeg uw arts)*
- Een beschadigde huid;
- *Een huid met gezwollen, bijvoorbeeld aan de lymfeknopen;*