

# Mirco Grigolato - refleksologi

## Jalkarefleksologia Taolaisen Menetelmän mukaisesti

Taolainen Menetelmä on jalkojen vyöhykehieronnan kautta terveyttä edistävä menetelmä sekä ennaltaehkäisevästi, mutta myös säilyttämiseen ja hoitoon. Menetelmä tukee terveytesi ja tasapainosi säilyttämistä ja parantamista sekä henkisen ja fyysisen energian vapauttamista.

Monet kehon hermot, lihakset, jänteet ja luurakenne johtavat jalkoihin. Siksi jalkahieronta antaa energian kiertää vapaasti ja luo siten turvallisuutta, rentoutumista ja tasapainotusta.

Joitakin esimerkkejä yleisistä sairauksista, joihin Taolainen Menetelmä on hyödyllinen terveydenhuollon lisänä:

Stressin tai trauman aiheuttamat lihasspasmit ja krooninen jännitys  
Krooniset heikkoudet, ahdistuneisuus, väsymys, unettomuus, bruksismi  
Aineenvaihdunnan toiminnalliset muutokset, ummetus  
Ahdistuskohtaukset ja paniikkikohtaukset  
Stimuloi kehon puolustusmekanismeja  
Päänsärky, kefalgia, migreeni, korvien soiminen  
Sydämentykytys, pahoinvointi, ruoansulatushäiriöt  
Nivelrikko, lumbago, iskias, jännetulehdus  
Psykosomaattista alkuperää olevat toiminnalliset ongelmat  
Lievittää ikääntymiseen ja vaihdevuosiin liittyviä rappeuttavia tiloja  
Urheilutoiminnassa hyödyllinen käytettyjen energioiden talteenottoon.