**Mogelijke reacties op een behandeling**

De reacties van uw lichaam tijdens en na de behandeling kunnen positief of negatief zijn. Het betekent dat het lichaam reageert op de massageprikkel en aan het werk gaat.

Op wolken lopen

Loomheid, slaperig worden

Energiek voelen

Blijheid, ruimte voelen

Rustiger gevoel, evenwichtiger

Meer transpireren

Meer plassen, donkerdere en/of ruikende urine

Ontlastingspatroon verandert

Het warm of koud krijgen

Emotioneler

Opgelucht gevoel

Beter slapen

Meer energie

Er kan sprake zijn van eerst een verergering voordat klachten verminderen.

Oude klachten kunnen terugkomen en weer verdwijnen.

Meer bewustwording waardoor je makkelijker veranderingen kan doorvoeren/aanbrengen.

Inzichten, puzzelstukjes die op hun plek vallen.

Reacties tijdens of na een behandeling i.v.m. een stuitligging:

De baby gaat tijdens de behandeling veel bewegen in een poging te draaien, maar valt soms ook in slaap door de ontspanning. Vaak zal de baby ’s nachts meer en anders bewegen. Er zijn meestal 1 tot 3 behandelingen nodig.

N.B. Voetreflextherapie ondersteunt de natuurlijke processen in het lichaam waardoor klachten kunnen verminderen of zelfs verdwijnen. Voetreflextherapie is echter géén vervanging van een medische behandeling of bezoek aan een arts maar kan worden gezien als een waardevolle aanvulling!

Het is belangrijk om na een behandeling extra water te drinken, zodat afvalstoffen afgevoerd kunnen worden.