

### Absolutní kontraindikace:

- akutní virové či bakteriální onemocnění

Jít na masáž s akutním zánětem je vždy špatný nápad, díky rozptýlení lymfatického i cévního systému, ke kterému při masáži vždy dochází, zánět se může roznést jinde do těla a protizánětlivé látky, které tělo při zánětu přirozeně vytvoří, můžou způsobit paseku tam, kde zánět není

- onkologické onemocnění která nejsou v remisi (i tak je nutný souhlas lékaře)

stejně nebezpečí jako při zánětech (ale smrtelnější)

- počáteční 3 měsíce a riziková těhotenství

první trimestr těhotenství je "nejnebezpečnější" z hlediska samovolných potratů a nedoporučuje se ani masáž, lepší je počkat, až se plod pohodlně usadí

- závažná srdeční onemocnění

při masáži se může tep zvýšit a ovlivnit srdeční činnost, ani když máte neléčený vysoký tlak, tak byste neměli přijít na masáž bez souhlasu lékaře

- onemocnění dutiny břišní, spojené se záněty nebo krvácením

při masáži ležíte na břiše, zánět je kontraindikací č.1, oběh se zrychluje = krvácení zvětšuje, všechno špatně

- zelený zákal

zelený zákal je spojený s vysokým nitroočním tlakem, zvýšení krevního tlaku vlivem masáže může uvést tuto oční vadu do opravdu nežádáných výšin

- závažnější krvácivé stavy (hemofilie, leukémie)

- silná menstruace

řekněte svému terapeutovi o svém aktuálním stavu, zabráníte svému nepohodlí!

Tlak v oblasti hýždí může více bolet.

- epilepsie
- těžké psychoemocionální stavy

v průběhu masáže se může stát cokoliv i v psychické rovině, pokud řeknete předem, na co trpíte, nemusíte se bát "vyfríkové" reakce terapeuta

- akutní autoimunitní onemocnění

zase příklad zánětu

Lokální a částečné kontraindikace:

řekněte, kde netlačit a kde si dávat pozor!

- osteoporóza, artróza, artritida
- křečové žíly
- pokud jste prodělali operaci před kratší dobou než 3 měsíce

Nutný souhlas lékaře:

Při chronických onemocněních jako jsou např.:

- onemocnění cév
- bérkové vředy
- neléčený vysoký krevní tlak
- onemocnění ledvin, jater, srdce
- nebo pokud užíváte léky a jste pod lékařským dohledem



