

## **Fußreflexzonenmassage**

Die Fußreflexzonenmassage ist eine alternative Diagnose- und Heilmethode,

Sie basiert auf der Annahme, des amerikanischen Mediziners William Fitzgerald (1872-1942), dass der Fuß in etliche kleine Areale aufgeteilt werden kann, die jeweils durch Nervenstränge mit einem Organ verbunden sind.

Hierzu entwarf die Physiotherapeutin Eunice D. Ingham eine spezielle Karte, auf dem die Reflexzonen der Füße genau aufgeführt sind.

Ähnliche Methoden für eine Fußreflexzonenmassage wurden schon vor Jahrtausenden von Indianervölkern angewendet, auch die traditionelle chinesische Medizin mit der Akupunkturlehre bedient sich ähnlicher Theorien und Maßnahmen.

## **Dreidimensionale Fußbehandlung nach Barbara Zukunft-Huber bei Säuglingen**

Sie berücksichtigt die Bewegungsentwicklung des Säuglings im 1. Lebensjahr mit Kniebeugung, Hüftbeugung mit Abspreizung und Aussendrehung bzw. Einwärtsdrehung des Fußes.

Dabei sind die drei Dimensionen des Fußes Höhe, Tiefe und Länge sehr wichtig, die bei den verschiedenen Fußfehlstellungen Veränderungen zeigen.

Zur Behandlung der Fehlhaltungen werden verschiedene Mobilisationsgriffe zur Dehnung der verschiedenen Muskeln und zur Lösung der Gelenkblockaden angewendet.

Mit einer Binde wird die Dehnung anschließend noch über längere Zeit gehalten.

Die jeweiligen Dehn- und Mobilisationsgriffe werden den Eltern gezeigt und sie werden in die Wickelung eingewiesen.