

ירושלים

טלפון: 072-2285801

מה זה רפלקסולוגיה? רפלקסולוגיה היא שיטת טיפול טבעית ועתיקה שמתבססת על העיקרון שבכפות הרגליים יש נקודות שמקושרות לאיברים שונים בגוף ולמערכות שונות, כמו מערכת העיכול, הנשימה, העצבים ועוד. במהלך הטיפול, הרפלקסולוג משתמש בטכניקות של עיסוי ולחיצות עדינות בנקודות ספציפיות בכף הרגל, במטרה לעורר את כוחות הריפוי הטבעיים של הגוף, לשפר את זרימת האנרגיה ולהביא לאיזון כללי. הטיפול נעשה בדרך כלל בשכיבה או בישיבה נוחה, והוא מרגיע ומפנק, כך שגם אם אתם מגיעים עם מתח או כאבים, יש סיכוי שתצאו עם תחושה של הקלה ורוגע. « לחץ/ לחצי לרשימת מטפלים ברפלקסולוגיה בירושליםהיתרונות של רפלקסולוגיה הם רבים ומגוונים. היא יכולה לעזור בהפחתת מתחים ולחצים, בשיפור איכות השינה, בהקלה על כאבים כמו מיגרנות או כאבי גב, ובשיפור תפקוד מערכות הגוף השונות. הטיפול מתאים גם למי שסובל מבעיות עיכול, עייפות כרונית או אפילו מצבים נפשיים כמו חרדה קלה. הרעיון הוא שהלחיצות בכפות הרגליים מעוררות תגובה בגוף, שמשחררת חסימות אנרגטיות ומעודדת את הגוף לרפא את עצמו. הטיפול לא פולשני, נעים ולא כואב, ולכן מתאים כמעט לכל אחד. אם אתם מחפשים פתרון טבעי שיעזור לכם להרגיש יותר מאוזנים ורגועים, רפלקסולוגיה יכולה להיות בדיוק מה שאתם צריכים.

[לפרטים מלאים ויצירת קשר](#)