



Des études ont montré que la réflexologie réduit l'intensité de la douleur de l'accouchement, la durée du travail, l'anxiété, et augmente le pourcentage d'accouchements naturels ainsi que le score d'Apgar du nouveau-né¹. Aussi, la réflexologie réduit l'anxiété et la douleur chez les patientes après un accouchement par césarienne².

1) <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/26545996>
2) <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/27509141>



Réflexologie
MÉTHODE MIREILLE MEUNIER

selon l'énergétique chinoise

Le réflexologue est un professionnel de la relation d'aide et de la gestion du stress. Il favorise le processus d'auto-régulation par un toucher spécifique des zones réflexes et des points de méridiens, en s'appuyant sur des fondements neuro-végétatifs et de circulation des fluides. Les zones réflexes se situent à différents endroits du corps, tels que sur les mains ou sur les oreilles, cependant ce sont les zones plantaires les plus utilisées.

Alliant la réflexologie à l'énergétique chinoise, le réflexologue aborde la personne consultante dans sa globalité et l'accompagne vers un équilibre corporel, énergétique et émotionnel, ce qui favorise un retour à l'homéostasie.



www.reflexologie.fr



Ma formation en Réflexologie

La réflexologie d'après l'énergétique chinoise,
méthode Mireille Meunier

Mon parcours

Contact

Réflexologie
MÉTHODE MIREILLE MEUNIER

selon l'énergétique chinoise

La pratique de la réflexologie n'est pas un acte médical ni de kinésithérapie (loi du 30.04.1946, décret 60669 de l'article L.489 et de l'arrêté du 8.10.1996), elle est une technique libératrice de stress, qui soutient et complète les soins médicaux et paramédicaux, en prenant en compte l'équilibre corporel, énergétique et émotionnel de la personne.



Réflexologie & Maternité



Associée aux concepts de l'énergétique chinoise, la réflexologie permet d'accompagner la future Maman dans sa globalité et de favoriser son équilibre dans cette période de changements.

Réflexologie
MÉTHODE MIREILLE MEUNIER

selon l'énergétique chinoise



Les soins réflexologiques, en complément du suivi médical de la sage-femme et de l'obstétricien, apportent une détente, une meilleure circulation, et diminuent les désagréments de la grossesse.

La réflexologie apporte également un équilibre au futur père, au nouveau-né, aux enfants...

Réflexologie & Grossesse

Le fœtus va puiser dans le Qi (l'énergie vitale) de sa maman, qui doit être abondant et circuler librement.

Les séances réflexologiques accompagnent la femme enceinte dans les changements corporels et énergétiques, afin que la grossesse se déroule harmonieusement :

- libération des tensions nerveuses,
- amélioration de la circulation sanguine,
- soulagement des problèmes digestifs,
- diminution des maux de dos,
- régulation du système nerveux et hormonal...

La réflexologie peut être pratiquée dès le début de la grossesse à raison d'une séance tous les 2 mois lunaires, soit 5 soins durant les 9 mois, ou plus selon les besoins.

Réflexologie & Accouchement

Quelques semaines avant le terme, il est utile à la femme enceinte de recevoir des séances de réflexologie afin de préparer son corps à cette métamorphose.

Les séances réflexologiques :

- stimulent les sécrétions hormonales nécessaires au déclenchement des contractions,
- détendent les structures du bassin qui doivent s'ouvrir pour laisser passer le nouvel être.

Lors de l'accouchement, la réflexologie peut soutenir les actions de la sage-femme pour favoriser :

- des contractions efficaces,
- la dilatation du col,
- la descente du bébé,
- l'expulsion du placenta.

Réflexologie & Post-partum

Après l'accouchement, la mère passe à l'étape de l'allaitement et commence un lent retour à la fertilité. Ces transformations impliquent de trouver un équilibre corporel, énergétique et émotionnel. Ce nouvel équilibre est différent de l'avant-grossesse et nécessite souvent une aide.

La réflexologie reconstituera sa «Terre» intérieure afin que la Maman trouve de nouveaux repères.

La réflexologie

- soutient les processus de reconstitution du corps,
- favorise la régulation de la lactation,
- accompagne la transformation profonde qu'implique devenir mère.

Réflexologie & Nouveau-né

Le nouveau-né est souvent apaisé par la réflexologie :

- au niveau respiratoire
- au niveau digestif
- en cas de pleurs
- ou de difficultés d'endormissement



Les premiers mois de la vie avec un bébé sont des moments intenses de transformation dans notre vie d'adulte.

Répondre aux besoins d'un petit être humain avec pour principale présence celle des parents peut s'avérer déstabilisant, d'autant que la mère, sous l'influence du « rebalancement » hormonal et de la fatigue, voit sa résistance diminuer.

Ainsi, prendre soin du bébé passe aussi par 10 minutes de soins réflexologiques pour la mère le plus souvent, ou pour le père.