

Massagen



Massagen gibt es schon seit Anbeginn der Menschheit. Der positive Einfluss und die Wirkung von Zuwendung und körperlicher Berührung ist in vielen Studien bewiesen. Massageformen gibt es sehr viele. Ich stelle daher nur einige beispielhaft dar und habe keinerlei Anspruch auf Vollständigkeit.

Die Ganzkörper- oder Wellnessmassage, Tiefenentspannung
Sie entspannt und löst Verspannungen. Sie ist zur Unterstützung und zur Stresslösung bei Kinderwunsch grundsätzlich empfehlenswert. Sehr wichtig ist jedoch, dass in der Einnistungszeit und in der 2. Zyklushälfte bestimmte Körperbereiche wie beispielsweise der Unterbauch und der untere Rücken nicht mehr behandelt oder gewärmt werden sollten, um die Einnistung nicht zu stören. Eine Massage vor der Einnistung kann die Empfängnis verbessern (Tag 5 n. Ov.).

Die Reflexzonenmassage/n und -therapien

Im Laufe der Jahrhunderte habe verschiedene Menschen sogenannte Mikrosysteme in uns entdeckt. Darunter fallen alle Körperzonen, in denen sich der Mensch als Ganzes in einem kleinen Feld wieder findet. Beispiele dafür sind:
Die Fussreflexzonen, die Iris-Diagnostik (im Auge), die Ohrakupunktur usw..
Über diese Mikro-Abbildungen des Menschen werden teilweise Diagnosen gestellt und auch Behandlungen vorgenommen. Dabei geht es meist darum, den Körper zur Selbstheilung anzuregen. Diese Behandlungen können hilfreich sein, jedoch sollte immer eine fachkundige Person diese ausführen und um den Kinderwunsch und die aktuelle Zyklusphase wissen (Vorsicht 2. Zyklushälfte).

Die Therapeutische Frauenmassage (TFM)

Sie ist eine Fruchtbarkeitmassage, reinigt die Lymphe und reguliert den weiblichen Hormonhaushalt. Sie wird zyklusphasengerecht angewendet und bezieht die weiblichen Geschlechtsorgane in ihre besondere Massage mit ein. Empfehlenswert

