

Gezond opgroeien en gezond ouder worden met shiatsu

Shiatsu is een Japanse massagetherapie gebaseerd op de gedachte dat al het leven uit energie bestaat. Bij een gezonde mens zijn de energiestromen in balans. Bij een disbalans door ziekte of stress kan shiatsu de energie weer in balans brengen. Shiatsu kan verlichtend werken op de klacht, rust geven, het herstel bevorderen of preventief ingezet worden. Het is een aangename en milde therapievorm. Omdat ieder mens uniek is, wordt de behandeling persoonlijk afgestemd. De NWP-shiatsu-therapeut biedt u deskundige ondersteuning in gezond worden en blijven op een natuurlijke manier.



What is shiatsu?

Shiatsu is a traditional form of Japanese massage that is based on the theory that life consists of energy. In good health, the energy flow of your body is in equilibrium, but when ill or stressed, this flow becomes unbalanced. Shiatsu restores this energetic harmony, and is suitable for both children and adults. Shiatsu can be used to relieve symptoms, helps you recover from disease or injury, and can also help your body resist illness. Each person is unique, and the shiatsu therapist will tailor a massage to meet your individual needs. The NWP (Beroepsvereniging voor Natuurgeneeskundig Werkende Professionals) is a professional organisation of naturopaths in the Netherlands that guarantees that its members have studied shiatsu and conventional medicine to a professional level.

De NWP is de oudste beroepsvereniging (1948) in Nederland voor Natuurgeneeskundig Werkende Professionals. De missie van de NWP is om natuurlijke gezondheid bereikbaar te maken voor iedereen door garant te staan dat de aangesloten therapeuten deskundig zijn opgeleid en professioneel praktijk voeren. Ook staan alle aangesloten therapeuten onder toezicht van een onafhankelijke tuchtrecht- en klachtencommissie. De NWP ziet natuurgeneeskunde als onderdeel van integrale geneeskunde, als een verantwoorde aanvulling op reguliere geneeskunde om zodoende te komen tot een gezonde en duurzame levensstijl.

Kijk op www.nwp-natuurgeneeskunde.nl voor meer informatie over de NWP, shiatsu-therapie, vergoeding door zorgverzekeraars en waar u een therapeut kunt vinden bij u in de buurt. Met een NWP-therapeut werkt u samen aan een natuurlijke gezondheid.

Beroepsvereniging voor
natuurgeneeskundig
werkende professionals

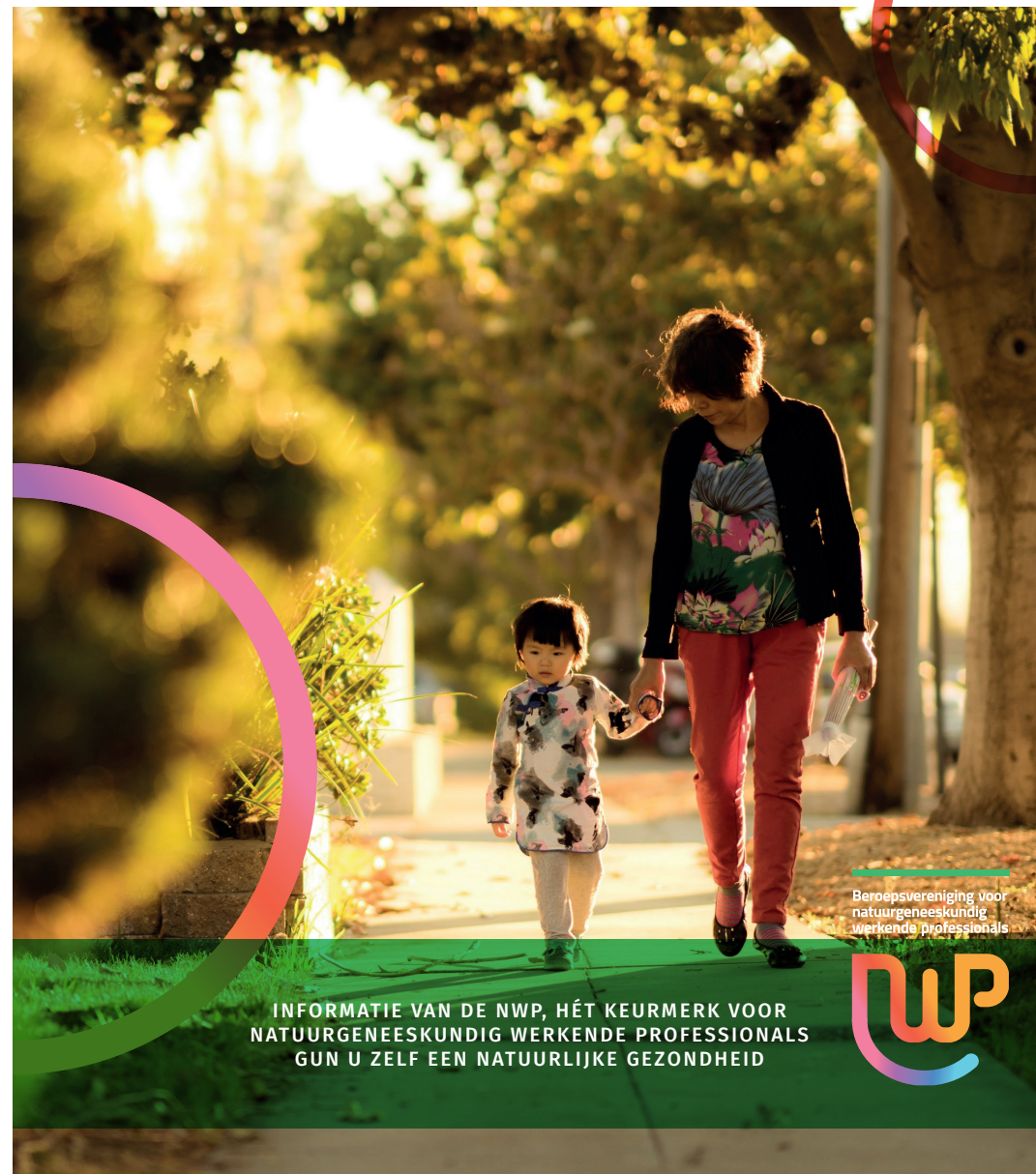


NWP

Jacob Clementstraat 1
6023 CB Budel-Schoot
0495 499 919
info@nwp-natuurgeneeskunde.nl
www.nwp-natuurgeneeskunde.nl

Shiatsu-therapie

Oosterse wijsheid en massage
Een effectieve combinatie



Beroepsvereniging voor
natuurgeneeskundig
werkende professionals



INFORMATIE VAN DE NWP, HÉT KEURMERK VOOR
NATUURGENEESKUNDIG WERKENDE PROFESSIONALS
GUN U ZELF EEN NATUURLIJKE GEZONDHEID

Wat is Shiatsutherapie

Het woord shiatsu is afgeleid van twee Japanse woorden 'shi' is vinger en 'atsu' is druk. Shiatsu betekent dus vingerdruk. Shiatsu is een massagevorm gebaseerd op de oosterse gedachte dat al het leven uit energie bestaat. Bij een gezonde mens zijn de energiestromen in balans. Bij stress en ziekte ontstaat er disbalans. Door het drukken en masseren van specifieke punten op het lichaam met de duim, de vingers en de handpalm, kan de shiatsu-therapeut de energiestromen weer vloeiend laten lopen. Deze massagevorm werd als volksgeneeswijze al eeuwenlang in China toegepast. Ongeveer in de 6e eeuw na Christus werd deze geneeswijze door boeddhistische

monniken naar Japan gebracht. Tokujiro Namikoshi (1905-2000) heeft deze massagevorm verder ontwikkeld. In 1957 werd de Namikoshi-shiatsu door Japan erkend als een officieel behandelingssysteem. Naast de Namikoshi shiatsu bestaan er andere vormen van shiatsu.

Zij hebben alle gemeen dat lichaam en geest als één geheel worden gezien en dat shiatsu het natuurlijke genezingsproces stimuleert. Daarnaast werkt shiatsu preventief, is het rustgevend en houdt het de spieren soepel. Doordat shiatsu een milde en aangename therapievorm is, is het toepasbaar op alle leeftijden, van baby's tot ouderen.

Bij welke klachten

Aangezien shiatsu therapie lichaam en geest als één geheel ziet, kan shiatsu ondersteuning bieden bij lichamelijke en psychische klachten maar ook preventief werken. Shiatsu kan onder andere helpen bij:

- ondersteuning bij reguliere behandelingen zoals verlichting van pijn en misselijkheid
- spijsverteringsklachten
- blaas-nierklachten
- long-luchtwegklachten
- keel-neus-oor-schildklierklachten
- oogklachten
- hoofdpijn, duizeligheid, oorsuizen
- stress, vermoeidheid, slapeloosheid
- gewrichts- en rugklachten
- hart- en vaatziekten
- allergie en huidklachten
- chronische klachten
- kinderen gezond laten opgroeien
- vrouwenklachten
- kinderwens
- ouderdomskwalen

Bij infectieziekten, liesbreuken, botfracturen en kanker kan shiatsu niet toegepast worden.

Let op! Bij acute, ernstige klachten dient u altijd eerst uw huisarts te raadplegen.

De shiatsu-therapeut

De shiatsu-therapeut biedt deskundige en verantwoorde ondersteuning in gezond worden en blijven. Alle NWP-shiatsu-therapeuten hebben een meerjarige opleiding in shiatsu therapie voltooid met aanvullende regulier medische kennis op hbo-niveau. Sommige shiatsu-therapeuten hebben nog een specialisatie gevolgd zoals sportshiatsu of cosmetische shiatsu. Daarnaast is de shiatsu-therapeut verplicht om jaarlijks nascholingen te volgen om de kennis op peil te houden. Hierdoor is de NWP-shiatsu-therapeut de specialist in de toepassing van shiatsu en kan hij of zij u een persoonlijk behandelplan aanbieden. Met een NWP-therapeut staat er niet alleen voor.



"Shiatsu is een massagevorm gebaseerd op de oosterse gedachte dat al het leven uit energie bestaat."

Wat kunt u verwachten

De therapeut neemt uw klachten serieus en begrijpt dat iedere persoon uniek is. Na een eerste gesprek wordt de behandeling meestal op de Japanse wijze uitgevoerd. De patiënt ligt aangekleed op een futon (een aangenaam katoenen matras) op de grond. De therapeut verricht de shiatsu massage knielend naast de patiënt en maakt gebruik van zijn/haar eigen lichaamsgewicht om de druk aan te passen aan de behoeftes van de patiënt.

De effecten van shiatsu kunnen zijn:

- verzachtend: verlicht pijn, vergroot de beweeglijkheid en verbetert de orgaanfuncties
- herstellend: bevordert het herstel, geeft rust en brengt de energie weer in balans
- preventief: regelmatig shiatsu therapie kan klachten voorkomen.

Daarnaast kan de therapeut bewegings- en voedingsadviezen geven.