

ПАМЯТКА

Сколько времени длится сеанс? Сколько нужно сеансов?

Сеанс занимает от 50 минут до часа. Это от прихода до ухода пациента.

Количество сеансов на курс строго индивидуально.

Сеансы проводятся через день. Желательно, в одно и то же время.

Сеансы проводятся, пока пациент не почувствует значительного облегчения.

Обычно, на курс 5-7 сеансов. Но не меньше одного и не больше 10.

Нужно ли как-то готовиться к сеансу?

Сеансы НЕ проводятся на пустой желудок. Впрочем, достаточно пары бутербродов.

Во время всего курса есть некоторые ограничения:

1. Стараться не употреблять жирного, острого, перченого, соленого, алкоголя.

Это означает - не есть аджику или мексиканский соус столовыми ложками. На свадьбе любимой дочери - бокал шампанского.

2. Запрещается погружать тело в воду.

Никаких ванн, бассейнов, морских и озерных купаний. Душ хоть каждые полчаса.

3. Женщинам сеансы не проводятся в период менструаций.

Поскольку сеансы проводятся через день, имейте в запасе хотя бы пару недель.

4. После сеанса запрещено заниматься тяжелой физической работой.

Это означает - нельзя двигать мебель, убираться в доме, заниматься сексом и пр.

5. Сеансы не проводятся в острый период с повышением температуры.

6. Рефлексотерапия несовместима с лучевой терапией (проводится при онкологических заболеваниях), а также с приемом сильнодействующих психотропных средств - сильные снотворные, антидепрессанты.

7. В день сеанса не рекомендуется принимать другую физиотерапию и массаж.