

## Voor wie is Shiatsu?

Shiatsu werkt bij uiteenlopende klachten, niet alleen op fysiek gebied maar ook op mentaal en emotioneel gebied. Ik heb met mijn behandelingen o.a. goede resultaten bereikt bij schouder- en rugpijn, menstruatie- en overgangsproblemen, problemen van het spijsverteringskanaal (o.a. PDS), hoge bloeddruk, urine-incontinentie en slaapproblemen.

Shiatsu is geen vervanging voor de reguliere medische zorg, het is een complementaire geneeswijze die de reguliere medische zorg ondersteunt bij tal van (chronische) klachten.

Shiatsu kan niet alleen bestaande en chronische klachten verlichten (of zelfs helemaal verhelpen) maar heeft ook een preventieve werking. Door regelmatige Shiatsu-behandelingen wordt het lichaam er als het ware steeds aan herinnerd hoe het de energieverdeling kan optimaliseren.

### Klachten die goed behandeld kunnen worden met Shiatsu:

#### Algemeen

- energiegebrek
- oedeem
- onrust en stress
- slaapproblemen
- stemmingswisselingen
- vage, onduidelijke en veranderlijke klachten
- vermoeidheid
- weinig weerstand

#### Gewrichten, spieren en pezen

- bekkenklachten
- bewegingsbeperking
- carpaal tunnelsyndroom
- frozen shoulder
- pijn in nek, rug en schouder
- rsi
- slijmbeursontsteking
- spierkrampen
- stijfheid
- verstuiking

#### Gynaecologische klachten

- menstruatieklachten
- premenstruele klachten (PMS)
- witte vloed
- overgangsklachten

#### Hoofd, ogen en oren

- aangezichtspijn
- branderige, droge of jeukende ogen
- duizeligheid
- hoofdpijn, migraine
- oorontsteking
- oorpijn
- oorsuizen (tinnitus)
- vlekken zien
- wazig zien

#### Huid

- allergieën
- droge huid
- eczeem
- jeuk
- psoriasis

#### Interne klachten

- bloeddruk hoog
- bloeddruk laag
- bloedarmoede
- spanning en pijn op de borst

#### Keel, mond en luchtwegen

- aften
- bronchitis
- hoest
- hooikoorts
- kiespijn
- (chronische) neusverkoudheid
- oorontsteking
- oorpijn
- oorsuizen (tinnitus)
- slechte adem
- tandvleesproblemen

#### Maag-/ darmproblemen

- boeren en oprispingen
- braken
- brandend maagzuur
- buikpijn en -kramp
- constipatie
- diarree
- maagpijn
- opgeblazen gevoel
- prikkelbare darmsyndroom
- slechte eetlust
- winderigheid
- ziekte van Crohn

Mentale klachten

- angstgevoelens
- burn-out
- depressiviteit
- lusteloosheid
- onrustgevoelens
- schrikachtigheid
- slaapstoornissen  
(niet in kunnen slapen, vaak wakker worden)
- stress
- veel dromen
- verdriet

Urinerwegen

- blaasontsteking
- incontinentie
- blaas- en nierstenen