**Indiase Hoofdmassage**

**Indiase hoofdmassage**

In India wordt hoofdmassage, ook Champissage genoemd. Al duizenden jaren toegepast, geperfectioneerd en van ouder op kind doorgegeven. Oorspronkelijk was het een onderdeel van de voorbereidingen van de bruid op het huwelijk. Afhankelijk van het seizoen werden oliën gebruikt om het haar sterk, vol en mooi te maken of om haaruitval tegen te gaan en het afbreken van het haar. Hedendaags wordt deze massagevorm nog steeds in kapsalons toegepast.

**Hoe werkt deze massage methode?**

Het wordt heel simpel op een stoel gegeven. Het hoofd, nek en de schouders komen uitgebreid aan bod.

Bij stress en spanningen zijn dat de gevoelige plekken, waar spieren vast komen te zitten. Dat kan zich dan uiten in de vorm van een stijve nek, stijve schouders, vermoeide ogen of zelfs haaruitval. Bij de Indiase hoofdmassage wordt er met behulp van stevige en zachte massage bewegingen voor gezorgd, dat blokkades worden opgeheven en de spanningsophopingen verlichting krijgen. De schedel zit vol met zenuw uiteinden, waardoor deze bijzonder ontvankelijk is voor aanrakingen. Het werkt uitermate kalmerend en ontspannend. Dit maakt dat de effecten niet alleen fysiek te merken zijn. De massage werkt tevens geest verhelderend, omdat het hoofd het centrum van het hele zenuwstelsel is.

De massage kan met olie op de blote huid worden gegeven of je kan ervoor kiezen de kleren aan te houden, mocht je voorkeur naar een massage zonder olie gaan.

**Masssage, voeding voor de ziel.**

Massage werkt helend en kan op verschillende gebieden waardevol zijn. Het kan preventief gebruikt worden, maar ook om gezondheidsproblemen te verminderen en soms zelfs te genezen. De massage helpt op verschillende manieren die samen een gevoel van fysiek en mentaal welzijn creëren.

**De belangrijkste effecten van massage zijn:**

* Diepgaande ontspanning van lichaam en geest
* Mooiere teint, de huidfuncties verbeteren
* Betere ademhaling
* Betere spijsvertering
* Intensievere ontgifting
* Betere weerstandsvermogen tegen infecties
* Verbetering van de spierstofwisseling

**Contra**–**indicaties**

***Contra-indicatie Indiase Hoofdmassage***

**Absolute contra-indicaties**

* Koorts (verhoogde stofwisseling)
* Infectieziektes zoals griep, ernstige verkoudheid
* Besmettelijke huidziekten
* Chemotherapie of hoge dosis radiotherapie
* Ernstige vaatziekten
* Alle verdikkingen waar de oorzaak niet van bekend is
* Ontstekingen, kans op verergering

***Relatieve algemene contra-indicatie***

* Overgevoeligheidsreacties, in verband met het opwekken van histamine
* Niet besmettelijke huidziekten en of slechte huid
* Zwangerschap/menstruatie

Voor reservering bel of laat een bericht achter via:

06-28132420 of [foss\_g@hotmail.com](mailto:foss_g@hotmail.com)

Dankuwel!