

# Fußreflexzonentherapie

Michael Jaschke



Die Reflexzonentherapie am Fuß (RZF) ist eine Behandlungsform, die sich im Laufe von vielen Jahren aus altem Volkswissen zu einer exakt ausgearbeiteten Therapie entwickelt hat. Sie hat zwar ihren Ausgangspunkt am Fuß, ist jedoch mehr als eine übliche Fußmassage, denn es kann damit eine Verbesserung sämtlicher Beschwerden nicht nur im organischen, knöchernen und muskulären, sondern auch im gemütsmäßigen Zustand des Menschen erreicht werden.

Im Fuß werden alle Organe und Systeme des Menschen im verkleinerten Maßstab als sog. Zonen „reflektiert“. Die Therapeuten arbeiten im Fußgewebe gezielt mit speziellen Griffen im wörtlichen Sinne einer *Be-Hand-lung*, ohne Verwendung von Apparaten und anderen Hilfsmitteln.

Die Reflexzonentherapie am Fuß lässt sich in jedem Lebensalter einsetzen, vom Säugling bis zum alten Menschen. Auch bei

chronisch Kranken und in der Unfallnachsorge hat sie sich bewährt. Sie gehört in den Bereich der Komplementärmedizin, die die Selbstheilungskräfte des Menschen fördert und nicht nur seine Symptome und Krankheiten bekämpft.

Ein gesunder Mensch hat in der Regel einen schmerzfreien Fuß, der sich warm und elastisch anfühlt und gut durchblutet ist. Wenn die Füße häufig kalt sind, wenn sich Fußpilz, Hühneraugen, Schrunden, durchgetretene Längs- oder Quergewölbe zeigen, können dadurch Rückschlüsse auf Störungen im Organismus gezogen werden. Die langjährigen Erfahrungen belegen, dass sich durch eine gezielte Behandlung der belasteten Zonen der Gesundheitszustand des Menschen deutlich verbessert und Symptome und Beschwerden verschwinden können. In den letzten Jahrzehnten wurden diese Beobachtungen durch etliche klinische Studien bestätigt.

Es ist den meisten Menschen nicht bewusst, dass Krankheiten schon vor dem Wahrnehmen von Schmerzen und dem Auftreten von anderen störenden Beschwerden beginnen. Sie haben immer eine mehr oder minder

lange Entstehungszeit, in der der Organismus mit seiner Lebens- und Regenerationskraft versucht, die vorhandenen Funktionsstörungen selbst auszugleichen. In diesem Zeitraum, dem sog. Vorfeldstadium, zeigen sich jedoch die zugeordneten Zonen am Fuß bereits auffällig und schmerzhaft. Auf diese Weise ist es möglich, Erkrankungen bereits schon in einer frühen Phase vor dem Entstehen von belastenden Symptomen über die Zonen zu erfassen und zu behandeln. Daraus ergibt sich zugleich die Chance einer sinnvollen und notwendigen Gesundheitspflege und Vorsorge.



**Michael Jaschke**

Heilpraktiker

Fußreflexzonentherapie – Gesprächspsychotherapie  
– Entspannungtherapie

Ausbildung zum Fußreflexzonentherapeuten nach  
Hanne Marquardt in Solingen u. Königsfeld-Burgberg

Praxis FR-Munzingen, Tel. 07664/403 62 68  
e-mail: [praxism.jaschke@web.de](mailto:praxism.jaschke@web.de)