

Contra-indicaties

Wanneer mag je geen shiatsu geven?

Niet alle kwalen zijn met Shiatsu te behandelen. Soms moet je erg voorzichtig zijn.

Als beginner dien je “zware” zaken te vermijden. Behandel ook niet als je er zelf erg nerveus van wordt.

Kanker is een contra-indicatie vanwege de stimulatie van veneuze en lymfatische stelsels. Toch kan het worden ingezet in overleg met de patient. In bepaalde gevallen kan shiatsu bijzondere uitkomst bieden door diepe ontspanning en verlichting van pijnklachten.

Eerste 3 maanden van zwangerschap: afzien van behandeling of alleen door een ervaren behandelaar. Miskramen in de eerste 3 maanden komen vaak voor. Of het wel of niet door de shiatsu komt is niet aantoonbaar, maar als geveer kun je er wel degelijk op worden aangekeken.

Afblijven tijdens de gehele zwangerschap: dikke darm 4, milt 6, galblaas 21.

Alle ziektes die gepaard gaan met koorts → geen shiatsu

Osteoporose (botontkalking) behalve met lichte druk → voorzichtig

Patiënten die chemo hebben ontvangen → voorzichtig ivm zwak immuunsysteem

Hoge bloeddruk – let hier bij op: meestal heeft de patient medicatie om de bloeddruk te verlagen. Dan kan het wel, blijf voorzichtig en alert.

Zwakke en/of oude mensen met verzwakte Ki -> voorzichtig

Chronische ziektes die sterk verzwakken → voorzichtig

ME (chronisch vermoeidheidssyndroom) → voorzichtig

Lokale voorzichtigheid:

- **Spataderen**
- **Wonden**
- **Littekens**
- **Botbreuken**
- **Verklevingen**
- **Ontstoken gewrichten**
- **Ontstekingen, rode rauwe huid**