

# Zusatzleistungen Hebamme Selina Putz

Terminvereinbarung per E-mail: selina-hebamme@outlook.de

## • K-Taping

Anwendung: Geburtsvorbereitend, Narbenprobleme, Muskelverspannungen, Rückenbeschwerden, Bauchstütze, lokale Schmerztherapie, Symphysenlockerung, Probleme beim Harnlassen, Übelkeit, Haltungskorrektur, Rektusdiastase, Karpaltunnelsyndrom,

Taping ist zur Behandlung unterschiedlichster Beschwerden während der Schwangerschaft sowie nach der Geburt und zur Rückbildung geeignet.



Je nach Anlagetechnik wirken die K-Tapes® auf die taktile Stimulierung der Haut- und Schmerzrezeptoren, wie auch die mechanische Entlastung der Bänder, Gelenke und Sehnen. Dadurch tritt eine schmerzlindernde Wirkung ein. Auch die Lymph- und Blutzirkulation wird davon beeinflusst und regt somit die Selbstheilungskräfte des Körpers an.



Kosten: Ab 10 EUR - Je nach Materialverbrauch und Aufwand

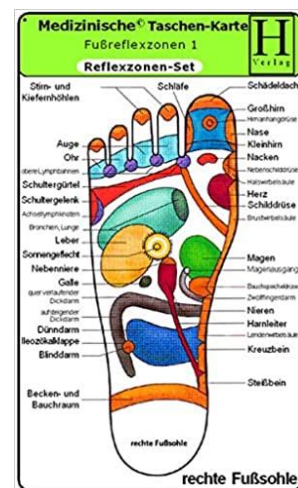
## • Chinesische Fußreflexzonenmassage zur Vorbereitung auf die Geburt oder bei Beschwerden

Anwendung: Geburtsvorbereitend, wehenanregende Therapie bei Terminüberschreitung, Schlafstörungen, Übelkeit, Wassereinlagerungen und viele weitere Symptome

Nehmt Euch Zeit und kommt zur Ruhe! Auch dies ist ein wichtiger Faktor bei der FRZ – Therapie und Massage, denn hier sollt Ihr Euch entspannen und fallen lassen. Eine Sitzung kann mit einem entspannenden und wärmenden Fußbad beginnen oder mit dem einfachen Anwärmen der Füße mit Wärmekissen. Das wichtigste Prinzip der Reflexzonenmassage ist die Harmonisierung des ganzen Körpers. „Erschlaffte“ Zonen werden intensiv und fest durchgearbeitet, „übererregte“ Zonen, wo sehr hohe Spannungen vorhanden sind, werden weich und sanft behandelt. Damit soll die Spannung im korrespondierenden Gewebe normalisiert werden.

Dauer: 30 bis 40 Min. + Nachruhezeit. Kosten: 60 EUR

Geburtsvorbereitend 3-4 Sitzungen nur je 50 EUR



## • Beckenbodentherapie für SIE oder IHN

### Schritt für Schritt zu...

- einem gesunden Beckenboden
- einem starken Rücken
- erfüllter Sexualität

Kontinent sein und bleiben!

### "Stärkung der eigenen Mitte"

Individuelle Einzelberatung/Training, durch Selina Putz  
Diplomierte Beckenbodentrainerin nach dem BeBo Konzept.

Dauer: 40 min. Kosten: 50 EUR  
Anamnese, Behandlung, Übungen, Erfolgskontrolle

