

Zwangerschapsmassage



Tijdens je zwangerschap verandert je lichaam enorm. Zichtbaar, aan de buitenkant, maar ook van binnen gebeurt er van alles. In 9 maanden tijd ontwikkelt je kindje zich in jouw buik tot een heus mensje! Tegelijkertijd heb jij de kans om alvast aan het idee te wennen dat je straks (weer) mama bent. Ondanks dat een vrouwenlichaam er voor gemaakt is, kun je tijdens je zwangerschap last krijgen van lichamelijke klachten. De spieren in je bekken verslappen doordat je lichaam bepaalde hormonen aanmaakt, en de gewichtstoename van je buik compenseer je ongemerkt door van houding te veranderen. Het gevolg: pijn in bekken en rug, ook als je nog helemaal niet zo ver in je zwangerschap bent. Elysah Schrader verlicht en voorkomt dit soort zwangerschapspijnen in haar praktijk Beautely. Als één van de weinigen in de regio Zwolle is zij gespecialiseerd in zwangerschapsmassages. "Masseren van de onderrug ontspant, maakt vrouwen bewust van hun zwangere lichaam en de natuurlijke houding ervan", legt Elysah uit. De 'grote' problemen van een zwangere vrouw zijn echter haar buik en borsten. "Want hoe ga je daarmee plat op een standaard massagetafel liggen?" Elysah maakt in haar praktijk daarom gebruik van een speciaal kussen dat, gevuld met warm water, op de behandeltafel wordt gelegd. De zwangere vrouw komt hier vervolgens –met haar buik naar boven– op liggen. Het verschil is voor de meeste vrouwen gelijk merkbaar, omdat de bekken weer in de juiste positie kantelen. "En doordat het kussen meegeeft, kan ik met mijn hand onder het lichaam door alsnog de onderrug masseren." Ook de buik wordt in de massage meegenomen. Het kindje reageert hier vaak sterk op. "Het volgt mijn hand, gaat mee met de bewegingen die ik maak. Moeder en kind voelen zich zo nog meer één. Een bijzondere ervaring voor moeder, kind én mij!" Zwangerschapsmassages worden aangeraden vanaf de 4e maand. Met een Beautely cadeaubon kun je er ook iemand anders blij mee maken. Wil je meer informatie of een afspraak maken? Neem gerust contact op met Elysah Schrader via 06-50 220 620 of praktijk@beautely.nl.

Praktijk voor Huidverbetering

Beautely