



## **Informatieformulier Stoelmassage**

### **Persoonlijke gegevens**

Bedrijfsnaam: \_\_\_\_\_

Voor- en achternaam: \_\_\_\_\_

Telefoonnummer: \_\_\_\_\_

### **Wat is een Stoelmassage?**

De oorsprong van de massage gaat ver terug in de tijd. Het waren de Chinezen die rond 3300 v. Chr. een van de eerste volkeren waren die de genezende en ontspannende waarde ervan inzagen.

Stoelmassage is een massagevorm gebaseerd op de traditionele Japanse massage, gebruikmakend van acupressuurpunten. De massage wordt toegepast op de zittende cliënt en heeft naast een ontspannende werking ook een verkwikkende uitwerking op de cliënt. De massage wordt over de kleding heen gegeven en geeft gedurende circa 15-20 minuten een behandeling van nek, schouders, rug, armen, handen, heupen en hoofd.

De stoelmassage is speciaal ontworpen om de circulatie te stimuleren, zodat u uzelf weer ontspannen en energiek voelt.

### **Belangrijk voor start van de massage**

Onderstaand treft u een aantal vragen die voor de masseur van belang zijn te weten alvorens de massage te kunnen starten. Lees dit aub goed door en streep door wat niet van toepassing is.

- Heeft u ooit eerder een massage gehad? Ja/Nee
- Heeft u al eens een acupressuur behandeling gehad? Ja/Nee
- Heeft u de laatste 4 uur gedronken of gegeten? Ja/Nee
- Heeft u wel eens last van flauwvallen? Ja/Nee
- Heeft u last van acute of chronische gezondheidsklachten?  
(bespreek ze met de masseur voor aanvang van de massage) Ja/Nee
- Bent u onder behandeling van een arts of therapeut? Ja/Nee
- Gebruikt u medicijnen die de rijvaardigheid kunnen beïnvloeden? Ja/Nee
- Zit u momenteel in een meer stressvolle periode? Ja/Nee
- Heeft u last van hoge/lage bloeddruk? Ja/Nee

### **Speciale waarschuwing voor vrouwen!!**

Deze vorm van massage kan contracties van de baarmoeder veroorzaken. Hierdoor is deze massage niet geschikt voor vrouwen die zwanger zijn of dat proberen te worden. Ook wanneer u momenteel borstvoeding geeft is deze massage niet geschikt.

### **Tijdens de massage**

De stoelmassage hoort te allen tijde prettig te zijn. Wanneer u dit anders ervaart, meld dit dan direct aan uw masseur. Het is belangrijk dat de hoeveelheid druk die gegeven wordt goed aanvoelt. Tijdens de massage zal u geregeld gevraagd worden naar feedback, hoe voor u de massage aanvoelt. Wanneer u duizelig, misselijk of anderszijds onwel wordt, meld dit dan direct aan de masseur.

### **Blijven ademen**

De massagebehandeling is o.a. bedoeld ter ontspanning. Wanneer u de adem inhoudt, houdt u de spanning vast en zal de massage minder effectief zijn. Het is dus van groot belang dat u blijft doorademen, vooral op de momenten van druk die uitgeoefend wordt door de masseur.

### **Tot slot**

*Ik heb het bovenstaande gelezen en begrepen en waar nodig met de masseur besproken. Ik begrijp dat deze massage geen medische behandeling is, maar een vorm van lichaamsverzorging die gebruik maakt van de technieken van de traditionele Japanse massage. Ik neem zelf de verantwoordelijkheid om mijn masseur op de hoogte te brengen en te houden van mijn gezondheidstoestand, wanneer deze op enige wijze door dit werk kunnen worden beïnvloed.*

*Aldus naar waarheid ingevuld.*

**Ondertekend** \_\_\_\_\_ **Datum** \_\_\_\_\_