KONTRAINDIKACE MASÁŽÍ:

Kdy byste na masáž chodit neměli:

- ! *pokud se necítíte zcela v pořádku*
- ! *pokud jste celkově vyčerpaní a velmi unavení*
- ! *po mimořádně velké fyzické námaze*
- ! *při horečnatých, infekčních nebo akutně zánětlivých onemocněních*
- ! *při stavech vyžadujících klid na lůžku*
- ! *pokud jste po nedávné operaci*
- ! *velmi vysoký nebo nízký krevní tlak*
- ! *pokud trpíte závažnějším srdečním onemocněním (v tomto případě je třeba konzultace vhodnosti masáže s Vaším lékařem)*
- ! *pokud máte pokročilou aterosklerózu nebo osteoporózu*
- ! *při onemocnění nebo poranění dutiny břišní, spojené se záněty nebo krvácením (ani při podezření na tento stav)*
- ! *při onemocnění žlučníku a močových cest*
- ! *pokud trpíte závažnějším krvácivým onemocněním (hemofilie, leukémie apod.)*
- ! *při nádorovém onemocnění*
- ! *epilepsie*
- ! *v těhotenství, 2 měsíce po porodu a při menstruaci se neprování masáž v oblasti břicha*
- ! *masáž neprovádíme také v místě čerstvého poranění nebo zánětlivého, či infekčního onemocnění kůže*
- ! *v místě křečových žil (varixů), bércových vředů a zánětů žil*
- ! *na masáž nechoďte také bezprostředně po jídle (vhodný je odstup minimálně 2h po větším jídle)*
- ! *naprosto nevhodná je aplikace masáže po požití alkoholu, drog a psychotropních látek*

Podpisem stvrzuji, že se mě netýká ani jeden z výše uvedených bodů.

Ve Švábově dne: *Podpis:*

Medličky
WELLNESS PENZION