



TAYAOUT-NICOLAS MASSOTHÉRAPIE

Contre-indications...

Un massage ne présente, ordinairement, aucun risque sur un sujet en santé. Toutefois, il est déconseillé de donner un massage à des personnes souffrant de troubles circulatoires (phlébite, thrombose, varices), de troubles cardiaques (artériosclérose, hypertension etc.) ou de diabète **sans avis médical**.

Il est déconseillé de donner un massage immédiatement après un repas, à la suite d'une intervention chirurgicale majeure, durant une forte fièvre, sur des plaies ou cicatrices récentes, en cas d'infections cutanées contagieuses, sur des fibromes ou tumeurs et sur une personne en état d'ébriété.

Il est également déconseillé de donner un massage en profondeur après le 3e mois de grossesse ainsi qu'au début de la grossesse, autour des malléoles (saillies osseuses de la cheville). Il n'est pas recommandé de pratiquer un massage abdominal durant les menstruations et sur le ventre des femmes portant un stérilet.

Techniques utilisées										
	Éffleurage superficiel	Palpé-roulé	Éffleurage profond	Friction	Pétrissage	Massage transverse	Pression profonde et friction transversal	Massage transversal (Périoste et tendons)	Ballotement	Mobilisation passive
Cas de figure										
Discopathies	✓	✓	?	✓	?	?	X	?	X	?
Hématome (contusion)	✓	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Problème de coagulation	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Douleur à la pression	✓	?	X	?	X	X	X	X	✓	X
Inflammations (os, muscles, etc.)	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Gelure	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Fièvre	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Lésions articulaires	?	?	X	X	X	X	X	X	X	X
Maladies de peau (eczéma, etc.)	X	X	X	X	X	X	X	X	✓	X
Lésions cutanées	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Troubles cardiaques	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Varices	?	X	X	X	X	X	X	✓	X	X
Phlébite	?	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Lésions musculaires (- 1 sem.)	✓	✓	X	X	X	X	X	✓	✓	X
Lésions musculaires (+ 1 sem.)	✓	✓	✓	✓	X	X	X	✓	✓	✓
Troubles neurologiques	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Interventions chirurgicales (- 4 sem.)	?	?	X	X	X	X	X	X	?	?
Grossesse	?	?	?	?	?	?	?	?	?	?
Lésion tendineuses chroniques (+ 3 sem.)	✓	✓	X	X	✓	✓	X	X	✓	?
Lésion tendineuses chroniques (- 3 sem.)	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	?	✓	✓
Tromboses	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Tumeurs maligne	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Brûlures	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X

source : Docteur Heinz Lohrer



Autorisé



Demandé



Restrictif