



S E R E N I S S

Contre-indications générales et spécifiques aux massages

À savoir avant toute séance

Les massages proposés visent à améliorer votre bien-être, mais ne remplacent en aucun cas un avis ou un suivi médical.

Il est essentiel d'informer votre praticien de toute condition de santé particulière, même si elle vous semble anodine.

Contre-indications générales

Les massages sont déconseillés ou doivent être adaptés dans les cas suivants :

- Fièvre, infections ou inflammations aiguës
- Plaies ouvertes, ecchymoses récentes ou peau abîmée
- Troubles cardiaques sévères ou non stabilisés
- Phlébite, thrombose, varices importantes
- Fractures ou chirurgies récentes
- Maladies contagieuses (de la peau ou autres)
- Grossesse durant le 1er trimestre
- Cancer actif sans autorisation médicale
- Troubles neurologiques non stabilisés
- État d'ivresse ou usage de drogues ou substances
- Traitements médicaux lourds ou incompatibles avec le massage

Contre-indications spécifiques par type de massage

Massage Deep Tissue

- Déconseillé en cas de douleurs aiguës ou d'inflammation
- À éviter après une chirurgie récente
- Non recommandé pour les troubles circulatoires graves

Massage Thaï

- Non adapté en cas de pathologies articulaires ou vertébrales sévères
- À éviter pendant la grossesse ou après une chirurgie

Massage Deep & Feet (massage avec les pieds)

- Contre-indiqué en cas de fragilité osseuse ou de troubles circulatoires
- Déconseillé après une chirurgie du dos récente

Soins énergétiques & Spinal Energetics

- À éviter en cas de troubles psychiatriques graves non suivis médicalement
- Déconseillé si vous recherchez un soin purement physique

Massage avec ventouses

- Contre-indiqué en cas de prise d'anticoagulants
- À éviter en cas de peau très fine ou de troubles circulatoires
- Déconseillé pendant la grossesse

Étirements assistés

- Déconseillés en cas de hernie discale ou de blessure musculaire
- À éviter après une chirurgie récente

Pochons aux herbes

- Contre-indiqué en cas de troubles circulatoires sévères
- À éviter sur une peau abîmée ou en cas d'allergie aux plantes
- Déconseillé pendant la grossesse sans avis médical

Drainage lymphatique manuel

- Contre-indiqué en cas d'infection ou d'inflammation en cours
- Déconseillé en cas de cancer actif ou non stabilisé
- À éviter en cas d'insuffisance cardiaque ou rénale sévère

Maderothérapie

- Déconseillée en cas de varices ou de problèmes circulatoires
 - À éviter en cas de douleurs musculaires aiguës ou d'hématomes
 - Contre-indiqué après une chirurgie récente
 - Pas recommandé pendant la grossesse
-