



# Minder last van allergenen met een lichaam in balans

**Ken je dat? Het is mooi weer, zonnetje schijnt, prima temperatuur. Zo'n dag waarop je denkt: 'Heerlijk stukje fietsen' of 'Lekker aan de slag in de tuin'. Maar dan krijg je brandende ogen en loopt je neus... Vervelende allergie!**

Hooikoorts is een veelvoorkomend probleem. Naast hooikoorts zijn er vele andere allergieën. Oorzaak zijn hele kleine stofjes waar je mee in aanraking komt via je ademhaling, ogen, neus of huid: allergenen. De rode of tranende ogen, de lopende neus of het niezen zijn symptomen. Het zijn signalen van het immuunsysteem dat er iets niet in orde is.

Aanpakken van de symptomen is een eerste stap. Ik ga met reflexzonetherapie nog een stapje verder. Niet alleen de symptomen worden aangepakt; niet alleen de neus, de ogen, de longen worden behandeld. Ook andere systemen die van invloed zijn op allergische reacties worden meegenomen, zoals de hypofyse (het regelstation van het hormoonstelsel in onze hersenen), de lymfeklieren (verantwoordelijk voor afvoer van afvalstoffen), de bijniere (die hormonen afgeven om ontstekingen tegen te gaan) en de darmen (waarin de Bauhinische klep zit, die mede oorzaak kan zijn van hooikoorts).

Al zullen de symptomen niet direct verdwijnen, bij het behandelen van de allergie behandel ik ook gelijk systemen die je lichaam in balans brengen, de bloeddorstrooming beter doet zijn en je - last but not least - ontspanning biedt.

Een lichaam in balans is minder gevoelig, waardoor allergenen minder kans hebben. En je kunt weer genieten van fietsen en tuinieren!

**Reflexologiepraktijk Lisette  
Lisette Tiggelaven  
Trombonestraat 20  
3822 CH Amersfoort  
telefoon 06-30894491  
info@reflexologiepraktijklisette.nl  
www.reflexologiepraktijklisette.nl**

