

## RÉFLEXOLOGIE ET CANCER

Le Cancer affecte de plus en plus de personnes et son annonce peut être dévastatrice pour beaucoup de gens et leurs familles, les laissant avec des sentiments de frayeur, d'anxiété, très vulnérables, et avec un grand sentiment d'incertitude face à l'avenir. D'autant plus que ces personnes doivent aussi faire face aux effets secondaires débilissants du traitement tels que la douleur, la nausée et le vomissement, la fatigue, la constipation et la diarrhée. Certaines aussi devront faire face aux changements de l'image corporelle dus à la chirurgie ou à la chimiothérapie.

La progression elle-même de la maladie peut mener à des niveaux croissants de la douleur, de la faiblesse et davantage de stress émotif et spirituel. C'est dans ces circonstances que les gens se tournent vers les médecines alternatives et complémentaires. Plusieurs d'entre eux les utilisent en accord - ou pas - avec leur médecin-traitant comme manière de **soutenir le traitement conventionnel pour les aider à faire face et regagner le contrôle de leur vie.**

**Les thérapies par le toucher peuvent aider les patients à retrouver leur calme, à se sentir appuyés et à tirer profit de la force des personnes autour d'eux.**

**La réflexologie est une thérapie idéale à employer dans ce cas : elle est non invasive, pratique pour le patient car tout ce qu'il a à faire est d'enlever ses chaussures et chaussettes.**

Les patients peuvent être traités n'importe où, dans une pièce de thérapie, dans le jardin en été, et également à leur chevet. Des patients très malades n'ont même pas besoin d'être dérangés pour recevoir le traitement. En raison de sa nature, travailler les pieds, et à un moindre degré les mains, n'envahit pas l'espace personnel d'une personne. À la différence d'une situation de consultation, les gens ont le choix de parler ou de rester silencieux.

Cependant, la plupart des personnes utilisent l'opportunité pour parler et exprimer leurs émotions et craintes. Un traitement donné par un réflexologue doté de bonnes compétences de communication peut être une expérience très profitable. Pour beaucoup de gens, **la réflexologie est une occasion unique de se détendre, d'être touché d'une manière habile et une façon de communiquer, parfois même de trouver la paix.**

La réflexologie est une thérapie qui peut offrir plusieurs avantages d'autant plus qu'elle aide à tous les niveaux, esprit, corps et spirituel. Physiquement elle peut aider à **soulager la douleur** des secteurs du corps affectés par le cancer ou des muscles tendus en raison de l'inquiétude ou de la douleur. Elle peut également aider le patient à **contrôler la douleur et les malaises** dus à d'autres conditions non reliées au cancer telles que l'arthrite, les maux de tête, etc. Bien que ses effets puissent être provisoires, elle peut **donner aux gens un répit précieux de la douleur et également aider à réduire le besoin d'analgésiques.**

Un autre secteur où la réflexologie est particulièrement remarquable, est dans le **soulagement de la constipation**. La réflexologie est également particulièrement utile pour aider à **réduire les effets secondaires de la chimiothérapie**. Beaucoup de praticiens ont des réserves à utiliser la réflexologie quand une personne subit un traitement. La réflexologie est pourtant employée dans certaines unités d'oncologie où des patients reçoivent de la chimiothérapie. La réflexologie est excellente pour **aider à alléger la nausée et le vomissement**, et elle **stimule le système immunitaire**, qui est particulièrement vulnérable pendant ce temps.

C'est une thérapie qui peut être employée à toutes les étapes de la maladie, et **aider à faire face à l'anxiété, au stress et à la dépression**. Beaucoup de gens confrontent également leurs peurs, leurs ressources et explorent leur spiritualité, souvent pour la première fois.