

La chiropratique et la massothérapie pendant la grossesse

Comme vous le savez probablement, l'équipe de la Maison de Santé Chiropratique vit présentement un baby-boom! Nous avons décidé d'en profiter pour vous donner des trucs et conseils sur les bienfaits des soins à la clinique pour la grossesse. Nos chiropraticiennes et massothérapeutes vous expliquent comment votre ajustement et votre massage peuvent vous aider à travers cette merveilleuse aventure qu'est la grossesse.



Tout d'abord, il faut savoir que la grossesse change le centre de gravité de la femme enceinte, et le dirige vers les membres inférieurs. Cela peut augmenter les cas de lordose et l'arrondissement des épaules ainsi que le déplacement de la tête vers l'avant.

Les ajustements chiropratique peuvent vous aider à soulager ces douleurs en rétablissant l'alignement de votre colonne vertébrale, et ceux-ci sont faits de manière efficace et sécuritaire pour vous et pour bébé.

Les massages vous permettent de relâcher la pression de la grossesse sur votre corps. Nos tables de massage sont entièrement équipées pour vous rendre le plus confortable possible, et le massage viendra diminuer la pression lombaire et aider à réduire les inconforts au niveau de la cage thoracique.

L'activité physique est très importante pendant la grossesse, et nos professionnelles peuvent également vous recommander des exercices qui amélioreront votre mobilité, ce qui vous aidera aussi au moment de l'accouchement et du post-partum.