

## CONTRA-INDICATIES

### Wanneer er wel of niet gemasseerd mag worden

De massage heeft tot doel uw gezondheid te bevorderen. Contra-indicaties zijn aanwijzingen die ertoe leiden dat massage op een bepaald moment niet aanbevolen is. Er mag geen massage in welke vorm dan ook, worden gegeven wanneer er afwijkingen of aandoeningen geconstateerd zijn die het helend proces van de massage verhinderen.

### Heeft u een van onderstaande contra-indicaties?

- |  |          |
|--|----------|
| • Te veel pijn                                 | Ja / Nee |
| • Koorts, griep                                | Ja / Nee |
| • Ontstekingen                                 | Ja / Nee |
| • Algemene infectieziekten                     | Ja / Nee |
| • Extreme vermoeidheid of uitputting           | Ja / Nee |
| • Kneuzingen, blessures, blauwe plekken        | Ja / Nee |
| • Vaataandoeningen (trombose, arteriosclerose) | Ja / Nee |
| • Pathologieën (ziektebeelden)                 | Ja / Nee |
| • Slechte algemene gezondheid                  | Ja / Nee |
| • Huidaandoeningen                             | Ja / Nee |
| • Steenpuist (-en)                             | Ja / Nee |
| • Zwangerschap                                 | Ja / Nee |

Heeft u twijfels of u wel of niet gemasseerd zou moeten worden? Neem dan eerst [contact](#) met uw sportmasseur op. Samen met de [fysiotherapeut](#) kan er worden bepaald of het aanbevolen is om u te masseren of (nog) niet.

Naam: \_\_\_\_\_ t.v.: \_\_\_\_\_ Achternaam: \_\_\_\_\_

Getekend op \_\_\_\_ \_\_\_\_\_, 20\_\_ te \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
*Handtekening*

Door mijn handtekening op te zetten verklaar ik dit formulier zorgvuldig en naar de waarheid te hebben ingevuld. Hierbij geef ik indien dit aanbevolen is, de behandelend sportmasseur/therapeut toestemming om te masseren.

