



Fanny Roque

Praticienne Certifiée FFST
06 87 90 54 15
22, rue Théophile Gautier
33700 Mérignac
www.fannyroque.fr



Shiatsu et Cancer

Reconnu par L'OMS et le **Parlement Européen**, le Shiatsu est une technique de **prévention des maladies** et de bon entretien de la **santé** qui vient du Japon. Le Shiatsu a recours à la stimulation manuelle de **points d'acupuncture**, à des étirements et des exercices. Le Shiatsu peut améliorer les **troubles physiques et émotionnels** et ainsi aider les malades comme les accompagnants.

En France le Shiatsu est pratiqué en milieu hospitalier notamment, à l'**Hôpital de La Pitié Salpêtrière** et à l'**Hôpital Necker** à Paris, au Centre d'hémato immunologie à Marseille, ainsi qu'au Centre de Cancérologie de l'Hôpital de Nantes.



Le Shiatsu permet aux personnes atteintes d'un cancer...

- de **soulager les effets secondaires**, nausées, vomissements, maux de tête, constipation, insomnies ...
- de se détendre, d'**atténuer le stress** par la prise en charge de l'ensemble du corps et un toucher doux et rassurant.
- de se **réapproprier son corps**, de travailler sur la souplesse en profondeur des **cicatrices** et d'améliorer le **système lymphatique**.

...et aux accompagnants:

- de **s'investir dans le bien-être de leur partenaire** en apprenant des points de détente.
- d'être **actif pendant le traitement** en appliquant des gestes spécifiques.
- d'utiliser des techniques d'acupression **pour diminuer les effets secondaires des traitements allopathiques**.
- de renforcer la **communication** au sein du DUO.

Présentation de l'Atelier Duo

1. Séance individuelle de Shiatsu pour la personne atteinte d'un cancer 1h

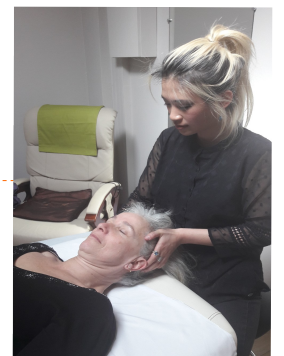
- prise de contact, anamnèse, recensement des besoins
- découverte de la technique et des sensations en recevant un shiatsu adapté

2. Séance DUO Apprentissage 1h

- prise de contact et détermination des **besoins de l'accompagnant**
- présentation des des gestes selon les **différentes positions de la vie quotidienne**
- points SHIATSU réalisés par l'accompagnant avec **vérification de la posture et de l'intensité de la pression**
- rappel de l'importance du **feed-back** et de la communication dans le DUO.
- récapitulatif des gestes et prévision de leur **utilisation dans la vie quotidienne** du DUO.

3. Séance DUO Approfondissement 1h (3 semaines environ après la séance Apprentissage)

- retour sur l'utilisation dans la vie quotidienne des techniques vues lors de la première séance
- recensement des besoins des deux membres du DUO.
- présentation de nouveaux points et étirements en fonction des besoins



Shiatsu Duo fille/mère