

HUIDPROBLEMEN – WAT HET GELAAT ONS VERTELT



DOOR MONIQUE VAN DEN BELD – REFLEXTHERAPEUT
GEEFT CURSUSSEN

Inleiding

Het gezicht is een bijzondere spiegel van onze innerlijke gezondheid. Kleine veranderingen in kleur, spanning of oneffenheden kunnen veel vertellen over wat er zich in het lichaam afspeelt.

Vooraf de darmen – het centrum van onze vertering én onze emoties – laten hun sporen na in het gelaat.

In dit artikel ontdek je hoe de reflexzones van het gezicht inzicht geven in de werking van organen, en hoe je deze kennis kunt toepassen binnen de reflexologiepraktijk. Ook inzichten uit het boek *Uw gezicht liegt niet* van Michio Kushi helpen ons dieper te kijken naar wat de huid ons wil vertellen.

De darmen: centrum van vertering en gevoel

De darmen zijn niet alleen verantwoordelijk voor de opname van voedingsstoffen, maar ook voor het verwerken van indrukken en emoties. We spreken niet voor niets van een onderbuikgevoel.

Wanneer we spanning of stress ervaren, reageert het spijsverteringsstelsel vaak als eerste. Een onregelmatige stoelgang, een opgeblazen gevoel of huidklachten kunnen allemaal tekenen zijn dat er iets uit balans is.

In de reflexologie en in de Oosterse geneeskunde wordt de huid gezien als een uitlaatklep van binnenuit. Wanneer afvalstoffen of emoties niet goed kunnen worden losgelaten, zoeken ze hun weg naar buiten.

Volgens de vijf-elementenleer is de Dikke Darm de partner van de Longen binnen het Metaal-element. De dikke darm helpt bij het loslaten van afvalstoffen, zowel lichamelijk als emotioneel.

Als de dikke darm niet goed functioneert (bijvoorbeeld bij verstopping, onregelmatige stoelgang of spanning in de buik), dan probeert het lichaam via de huid afvalstoffen kwijt te raken. Dit kan zich uiten in:

- onzuiverheden
- uitslag
- acne of eczeem

De huid kan dit overal op het lichaam laten zien, maar ook op reflexzones in het gezicht. Wanneer huidproblemen op specifieke gezichtsreflexzones voorkomen, zegt dit iets over het orgaan dat met die zone correspondeert.

Puistjes in het hele gezicht of op de bovenrug, kunnen wijzen op een verminderde stofwisseling in de darmen. Als extra check kun je het begin van de dikke-darmmeridiaan aan de binnenzijde van de wijsvinger voelen. Voelt deze huid ruw aan in vergelijking met bijvoorbeeld de middelvinger, dan duidt dat op een minder goed functionerende darmenergie.

Puistjes op de kin vertellen dat de hormonen niet in balans zijn. Roodheid/ hitte: teken van ontstekingsprocessen of emotionele overbelasting (boosheid, frustratie, onrust). Puistjes en huidproblemen kunnen ook relatie hebben met corresponderende orgaan.



De reflexzones in het gezicht

Binnen de gezichtsreflexologie zijn alle organen in meer of mindere mate verbonden met aandoeningen van de huid. Door met aandacht te kijken naar deze zones, krijgen we een waardevolle inkijk in de inwendige balans van de cliënt.

- Dikke darm: rond de mond en kin – weerspiegelt de endeldarm. Puistjes, onzuiverheden, kloofjes of spanning in dit gebied wijzen op een verstoorde darmwerking, verstopping of moeite met emotioneel loslaten.
- Longen: droge/schilferige huid, couperose of oneffenheden op de wangen.
- Maag: op de wangen, net onder de jukbeenderen, naast de neus. Roodheid of kleine pukkeltjes kunnen duiden op overbelasting door voeding, stress of een verstoorde maagzuurproductie.
- Alvleesklier/milt: rond de neusvleugels en zijkanten van de neus. Onzuiverheden kunnen wijzen op bloedsuikerschommelingen of verstoorde suikermetabolisme.
- Galblaas: op de slapen. Oneffenheden of kraaienpootjes kunnen wijzen op een niet optimaal werkende galblaas, galstenen of moeite met het uiten van boosheid (“je gal niet kunnen spugen”).
- Lever: tussen de wenkbrauwen, de ‘zorgenrimpel’. Glimmende, doffe huid of kleine bultjes, kunnen erop wijzen dat de lever moeite heeft met ontgiften. Een vertraagde ontgifting of emotionele spanning (“wat heb je op je lever?”).
- Blaas: op het voorhoofd. Hier kun je soms een verdikking zien, hoewel er vaak geen duidelijke huidoneffenheden zichtbaar zijn.
- Nieren: donkere kringen onder de ogen, vochtzakjes of kapotte huid wijzen op een verminderde nierfunctie.
- Dunne darm: rimpels of huidproblemen op het voorhoofd en dwarse streepjes boven de bovenlip (“plooiënrokjes”).

- Hart: het gebied net boven de wenkbrauwen; vaak verdikt bij onbalans. Ook het puntje van de neus – soms dik en rood – hoort bij dit gebied.

“Uw gezicht liegt niet” – inzichten uit de Oosterse diagnose

De Japanse macrobioticus **Michio Kushi** beschreef in zijn boek “Uw gezicht liegt niet” dat elk deel van het gezicht iets laat zien over de vitaliteit, spanning of stagnatie van energie in het lichaam.

Lijntjes, puistjes of verkleuringen rondom de mond, duiden vaak op verstopping of spanning in de darmen. Een ingevallen kin kan wijzen op een tekort aan energie, terwijl een gezwollen kin duidt op ophoping van afvalstoffen.

De bovenlip weerspiegelt de maag: een bollende lip duidt op overbelasting, een smalle of bleke lip op verzwakking.

De lever- en alvleesklierzones op het voorhoofd en rond de neus vertellen iets over onze omgang met suikers, vetten en emoties. Een glimmende neus of vettige huid wijst op te rijke voeding of spanning rond controle en wilskracht — thema’s die vaak met de lever verbonden zijn.

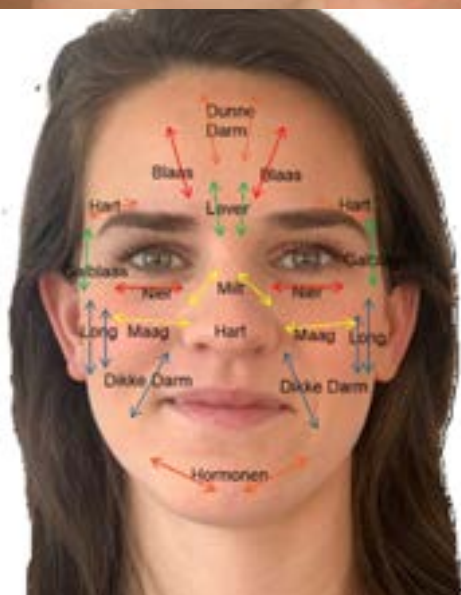
Roodheid kan wijzen op ontstekingsprocessen of innerlijke hitte (boosheid, frustratie), terwijl een doffe huid eerder duidt op een tekort aan energie of een geblokkeerde spijsvertering.

Door te leren luisteren naar de huid, kunnen we subtiel aanvoelen waar de balans verstoord is en hoe we deze via reflexologie kunnen herstellen.

Volgens Kushi én de gezichtsreflexologie zijn huidveranderingen nooit slechts een cosmetisch probleem. De huid vertelt hoe goed ons lichaam afvalstoffen kan afvoeren en emoties kan verwerken.

Behandeling via reflexzones

Als reflexoloog kun je via gezichtsreflexzones direct invloed uitoefenen op het spijsverteringssysteem.



Op de orgaanzones in het gezicht kun je:

1. zachte, cirkelvormige drukbewegingen maken
2. strijkingen op de huid uitvoeren binnen de oppervlakkige zones
3. in de diepere huidlagen kleine, korte strijkingen geven
4. dit combineren met de voetreflexzones van de betreffende organen voor een dieper en langduriger effect

Deze combinatie helpt niet alleen bij het verbeteren van de huid en de spijsvertering, maar ook bij het emotioneel loslaten.

Slotgedachte

Ons gezicht liegt inderdaad niet. Het vertelt op subtiële wijze hoe het gesteld is met onze organen, onze voeding én onze emoties. Zo kunnen we met zachte aanraking niet alleen de huid laten stralen, maar ook de spijsvertering, het emotionele evenwicht en de levensenergie herstellen.

TOUCH THERAPIE

Praktijk in verschillende massagetechnieken, voor jong en oud, van top tot teen. Monique is gespecialiseerd in pijnbestrijding, vanuit haar kennis in Chinese geneeswijze, de pijnreset methode en alle vormen van reflexologie.

Wil jij een nieuwe
massagetechniek leren?



- Tenen lezen
- Handreflex
- Acces Bars
- Gezichtsreflex
- Pijnbestrijding via Meridiaanleer

MONIQUE VAN DEN BELD
06-41147584
www.touch-therapie.nl



Touch
Therapie

LOCATIE
Flier 4
#863 DA Nijkerk