

## Geschiedenis

Voetreflexologie is een oude massagetechniek waarvan de wortels waarschijnlijk in China of India liggen. Ook Egyptenaren en Indianen kenden een vorm van voetmassage. De huidige reflexologie is een schepping van twee personen, namelijk de KNO-arts William H. Fitzgerald (1872-1942) die het basisidee leverde, en de verpleegster en fysiotherapeute Eunice Ingham (1889-1974), die een en ander in detail uitwerkte.

Fitzgerald was verbonden aan het St. Francis Hospital in Hartford in de staat Connecticut. Hij had ontdekt dat sommige patiënten hard in de stoelleuning knepen of hun vuisten balden als ze pijnlijke behandelingen ondergingen of verwachtten. Bij sommige patiënten bleek geen verdovingsmiddel nodig te zijn en Fitzgerald merkte dat druk op bepaalde plaatsen ook een besparing van verdovingsmiddel opleverde. Hij ontwikkelde een theorie rond tien zones (vijf links, vijf rechts) die van het hoofd naar de topjes van de vingers en tenen liepen. Zijn ideeën werden met een zekere scepsis begroet, maar Dr. Edwin F. Bowers, medisch criticus en schrijver, liet zich overtuigen en haalde Fitzgerald over om gezamenlijk de bevindingen te publiceren. In 1915 verscheen het eerste artikel. Het baanbrekende boek kwam twee jaar later: *Zone Therapy; or, Relieving Pain and Disease*.

De Duitse natuurgeneeskundige Hanne Marquardt (1933) heeft de theorie van de voetreflexologie aangevuld met eigen ideeën en ervaringen en het bekendheid gegeven in West Europa. Haar boek "*Reflexzonenarbeit am Fuss*", in het Nederlands vertaald als "*Voetzonemassage als therapie*", uitgeverij Synthese 2008, geldt als naslagwerk en opleidingsboek voor veel voetreflextherapeuten.