

PRZECIWWSKAZANIA **do udziału w sesji oddechowej**

Przed wzięciem udziału w sesji należy koniecznie zdawać sobie sprawę z pewnych schorzeń, które mogą wymagać ostrożności lub porady lekarza.

Jeśli cierpisz na poniższe schorzenie, przed rozpoczęciem ćwiczeń oddechowych skonsultuj się z lekarzem i bez takiej zgody nie rób sesji:

- Historia napadów padaczkowych lub tętniaków.
- Przewlekłe schorzenia układu oddechowego np. astma (możesz zrobić sesję, ale mniej przy sobie inhalator)
- Problemy sercowo-naczyniowe, przebyty zawał
- Wysokie ciśnienie krwi, które nie jest kontrolowane lekami
- Osteoporoza, cukrzyca typu 1
- Niedawne urazy fizyczne lub operacje (ostatnie 3-6 m-cy)
- Ciąża-bezwzględne przeciwwskazanie
- Ciężkie objawy psychiczne lub zdiagnozowana choroba psychiczna (zwłaszcza psychoza lub paranoja, choroba afektywna dwubiegunowa)
- Stosowanie mocnych leków (psychotropowych lub innych)
- Wszelkie inne schorzenia medyczne, psychiatryczne lub fizyczne, które mogą upośledzać lub wpływać na zdolność do podejmowania czynności wymagających intensywnego wysiłku fizycznego i/lub emocjonalnego

Sesja nie zastępuje profesjonalnej porady lekarskiej, diagnozy ani leczenia.

Jeżeli nie jesteś pewien, czy przeciwwskazania Ciebie dotyczą to napisz do kontakt@rozkwit.online i upewnij się czy możesz wykonać sesję.

Należy pamiętać, że ta lista nie jest wyczerpująca i jeżeli jesteś chory przed odbyciem sesji oddechowej powinieneś skonsultować się z lekarzem.

OŚWIADCZENIE

Wiem i potwierdzam, że osoba prowadząca sesję oddechową nie jest lekarzem ani lekarzem psychiatrą lub specjalistą opieki zdrowotnej oraz że oferowane zajęcia nie są przeznaczone do leczenia i diagnozowania określonych schorzeń.

Biorę udział w tych zajęciach dobrowolnie, znając ryzyka i możliwe konsekwencje sesji oddechowych. Zwalam Emilię Zduńczyk oraz od wszelkiej odpowiedzialności, kosztów i szkód, jakie mogą wyniknąć z udziału w ww. sesji.

Uczestnicząc w sesji potwierdzam, że zapoznałam się z powyższymi informacjami i jestem w pełni zdrową osobą.