Zonterapi – kort historik

Zonterapi i modern tid – utvecklades av läkare inom traditionell medicin  
Forskning utfördes under sent 1800-tal och första hälften av 1900-talet av läkare i bl.a. Ryssland, Tyskland, England och USA. I Ryssland konstaterade man att effekterna av reflexmassagen mycket väl kunde fungera som ett komplement till traditionell medicin.

I början av 1900-talet fann Dr William Fitzgerald, – överläkare och forskare vid avdelningen  
för öron-näs- och halssjukdomar på sjukhuset i Hartford Connecticut – bland annat att tryck  
på olika zoner dels fungerade som smärtlindring och dels kunde användas som lokalbedövning  
vid mindre kirurgiska ingrepp. Kunskaperna som han började praktisera förvärvade han i   
samband med praktiken vid olika sjukhus i Wien och London, innan han återvände till USA  
för att ta sin läkarexamen år 1895.  
  
År 1917 publicerade Fitzgerald - tillsammans med en annan läkare Dr Bowers – boken *Zone Therapy,* som var frukten av flera årsgemensam forskning omkring fötternas reflexzoner.

En annan läkare, Dr Joseph Shelby Riley, tog till sig resultaten av Fitzgeralds forskning inom *reflexologin*\* och tillämpade zonterapi i sin praktik under många år.

Till slut var det dock Dr Rileys medhjälpare Eunice Ingham (1879 – 1974) som lade grunden  
till den moderna zonterapin som utövas idag. Hon systematiserade, utvecklade diagram och gjorde kartor över hela kroppens reflexzoner på fötterna. Zonkartorna används än idag inom  
den klassiska zonterapin. Ingham ägnade hela sitt yrkesverksamma liv åt att utöva och sprida kunskapen om zonterapin först i USA och sedan vidare till andra kontinenter.

* *Reflexologi bygger på att reflexzoner som motsvarar hela kroppen finns avspeglade på olika områden av kroppen. När det gäller zonterapin arbetar vi med zoner på och under fötterna. Motsvarande reflexzoner finns exempelvis också på händer, öron, ansikte och underben.*

Zonterapi i forntid  
I Egyptiska gravar från c:a 2 500 f.kr finns människor avbildade, som utövar terapeutisk zonterapi.

Det finns också belägg för att det vid ungefär samma tidpunkt utövades liknande typer av fotmassage både i Kina och hos olika delar av Inka-folket. Inkas kunskaper spreds bl.a vidare till nordamerikanska indianer som har använt tekniken i generationer.

I Centraleuropa praktiserades massage av zoner på fötterna under tidig medeltid, dokumentation finns bl.a i en skrift framställd under sent 1500-tal.