

# Mon corps entier est dessiné dans mes deux pieds !

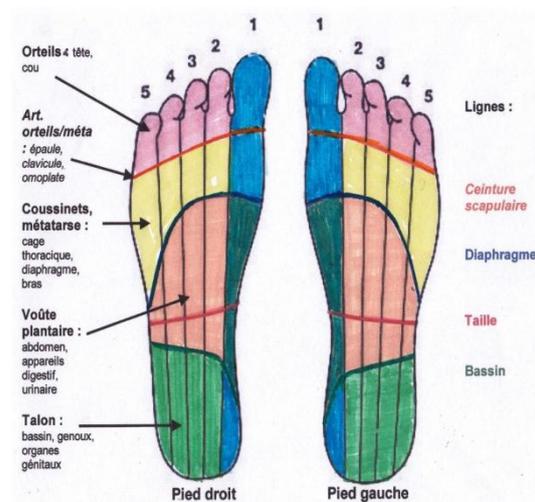
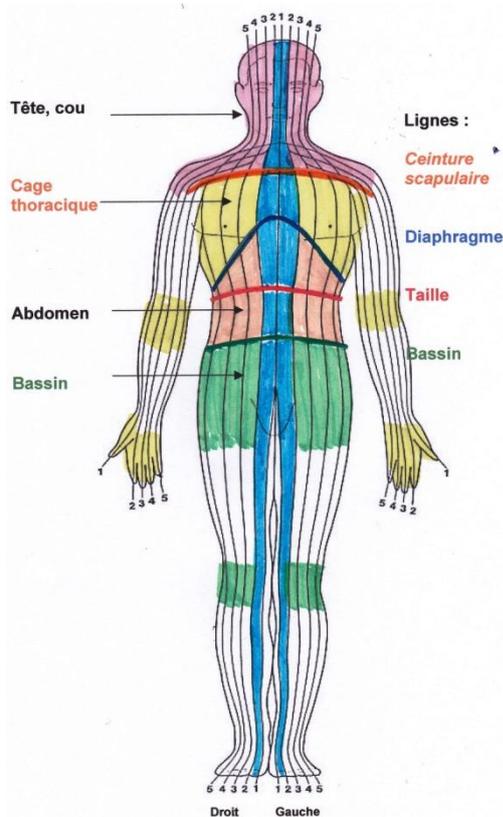
Au début du XIXe siècle, le dr Fitzgerald (chirurgien ORL américain) établit une carte des régions « reliées » du corps, que l'on nommera « la thérapie des 10 zones ». Cette cartographie sera précisée un peu plus tard par Eunice Ingham (célèbre réflexologue américaine à l'origine de la réflexologie moderne occidentale).

Selon le dr Fitzgerald, le corps est divisé en 10 zones longitudinales d'égales largeurs :  
2 x 5 zones de part et d'autre d'une ligne médiane partageant le corps en 2 : la colonne vertébrale.

Chaque pied représente la moitié du corps.

Le pied est ensuite divisé ensuite en 4 parties horizontales représentant les 4 grandes parties du corps :

- Tête/cou
- Thorax
- Abdomen
- Bassin et membres inférieurs.



## Comment retrouver un organe, une zone du corps dans le pied ?

On définit la position d'un organe sur le pied d'après ses positions longitudinale et verticale. Ex. : la ZR du nez se trouve sur le dessus des 2 gros orteils en zone 1 ; le foie sous le pied droit de la ligne 1 à 5 dans la zone de l'abdomen (voûte plantaire).