

Izalia mengikut ibunya membuat urutan refleksologi di Pusat Refleksologi Zita. Sewaktu ibunya sedang membuat urutan, Izalia berbual-bual dengan Puan Zita, iaitu pengusaha pusat refleksologi tersebut.

“Puan Zita, apakah yang dimaksudkan dengan refleksologi?”

“Refleksologi ialah kaedah rawatan tapak kaki.” Puan Zita menjawab sambil tangannya terus mengurut kaki ibu Izalia.

“Pada kaki sahajakah yang boleh dibuat teknik urutan ini?” tanya Izalia lagi.

Puan Zita menjelaskan sambil tersenyum, “Kepala, telinga dan tangan juga boleh diurut, tetapi kaki merupakan bahagian utama refleksologi.”

“Oh, begitu rupanya! Adakah teknik urutan ini untuk orang dewasa sahaja?” soal Izalia lagi.

“Sebenarnya, refleksologi ini sesuai untuk semua peringkat umur.”

“Mengapakah kaki perlu diurut?”

“Urutan itu penting kerana dapat mengurangkan rasa letih. Urutan juga dapat membantu melancarkan pengaliran darah dan meningkatkan daya ketahanan diri. Otot kaki juga akan menjadi lebih kuat,” jawab Puan Zita dengan panjang lebar. Izalia mengangguk-angguk tanda faham.

“Kalau begitu, bolehkah nenek saya juga mencuba urutan ini?” soal Izalia.

“Urutan ini juga sesuai bagi warga tua yang mengalami sakit sendi dan sengal tulang. Namun begitu, kita perlu minum banyak air masak selepas sesi urutan agar toksin lebih mudah dibuang daripada badan.”

“Oh, begitu rupanya! Sekarang, barulah saya tahu betapa pentingnya menjaga kesihatan kaki.”

Selepas satu jam, rawatan kaki ibu Izalia pun selesai. Izalia mengucapkan terima kasih kepada Puan Zita atas penerangannya tentang refleksologi.

