

POSIZIONI PER IL MAL DI TESTA

Si utilizzi una coppia di cerotti: bianco a destra e marrone a sinistra.
Si lascino trascorrere 10 secondi, dopo aver messo i cerotti, per vedere se il dolore di affievolisce prima di spostare i cerotti alla posizione successiva, come indicato nei passi da 1 a 7.

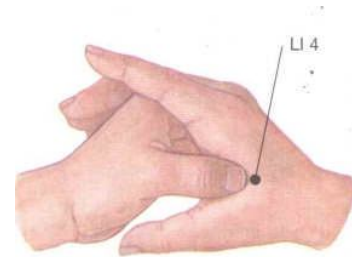
PASSO 1

Mettete un cerotto bianco, sul punto *Intestino Crasso 4*, sulla mano destra ed un cerotto marrone sullo stesso punto della mano sinistra. Questo punto si trova sul lato superiore della mano, sulla congiunzione tra pollice e indice, nel punto indicato con LI4.

Per individuarlo più facilmente, fate come mostrato nel disegno.



Se il dolore non migliora entro 10 secondi, spostate questi cerotti alla posizione descritta nel *passo 2*.

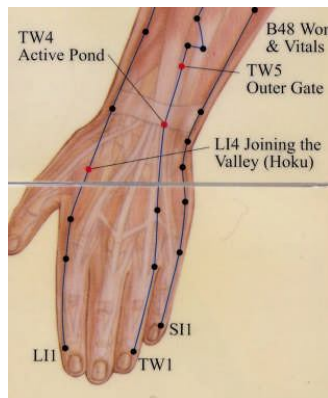


PASSO 2

Mettete un cerotto bianco, sul punto *Triplo Riscaldatore 5*, sul polso destro ed un cerotto marrone sullo stesso punto del polso sinistro. Questo punto è poco sopra il polso.

Triplice Riscaldatore 5 si trova sulla parte esterna dell'avambraccio, tre dita sopra la piega del polso, nel punto indicato con TW 5.

Se il dolore non migliora entro 10 secondi, spostate questi cerotti alla posizione descritta nel *passo 3*.

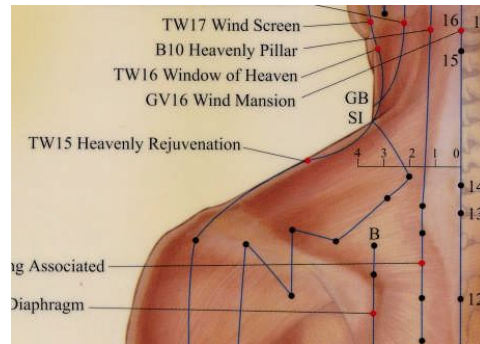
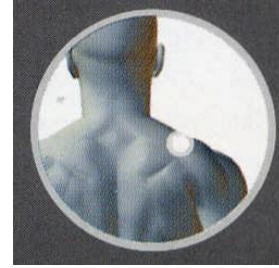


PASSO 3

Mettete un cerotto bianco, sul punto *Triplo Riscaldatore 15*, sopra la scapola destra, a metà tra il collo e la spalla ed un cerotto marrone sullo stesso punto a sinistra.

Triplice Riscaldatore 15 si trova 4 dita dall'attaccatura del collo, due dita sotto il culmine della spalla, verso il dietro, nel punto indicato con TW15.

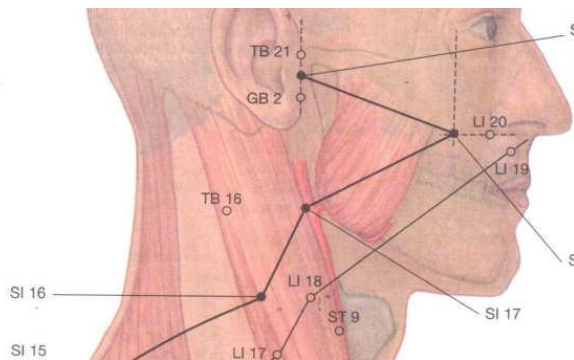
Se il dolore non migliora entro 10 secondi, spostate questi cerotti alla posizione descritta nel *passo 4*.



PASSO 4

Mettete un cerotto bianco, sul punto *Piccolo Intestino 16*, sul lato destro del collo ed un cerotto marrone sullo stesso punto del collo a sinistra.

Piccolo Intestino 16 si trova 4 dita sotto l'orecchio, 2 dita dietro l'attaccatura della mandibola, nel punto indicato con SI16.



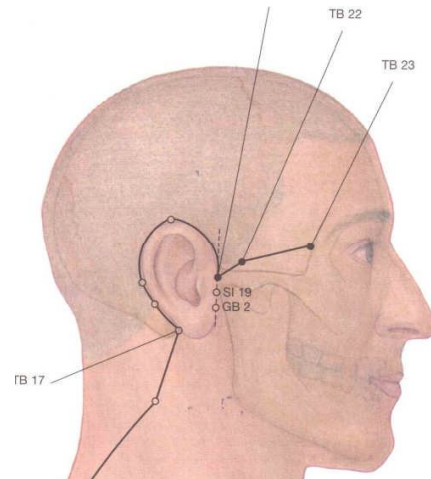
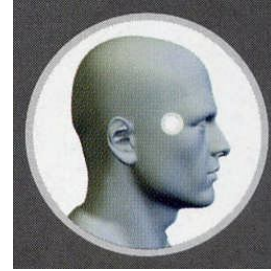
Se il dolore non migliora entro 10 secondi spostate questi cerotti alla posizione descritta nel *passo 5*.

PASSO 5

Mettete un cerotto bianco, sul punto *Triplice Riscaldatore 23*, sulla tempia destra ed un cerotto marrone sullo stesso punto a sinistra.

Triplice Riscaldatore 23 si trova nella fossetta all'estremità laterale del sopracciglio, nel punto indicato con TB 23.

Se il dolore non migliora entro 10 secondi, spostate questi cerotti alla posizione descritta nel *passo 6*.

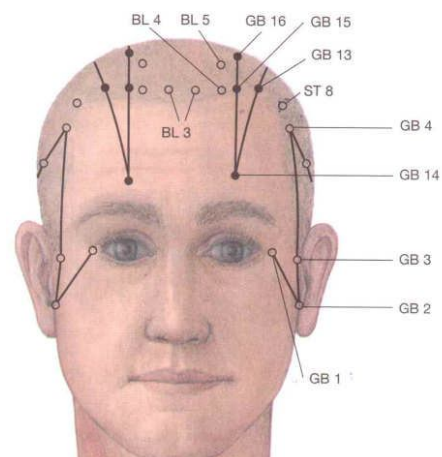


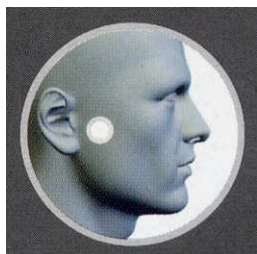
PASSO 6

Mettete un cerotto bianco, sul punto *Cistifellea 14*, sulla fronte 2,5 cm sopra al sopracciglio destro ed un cerotto marrone sullo stesso punto a sinistra.

Cistifellea 14 si trova un dito sopra il punto centrale del sopracciglio, nel punto indicato con GB14.

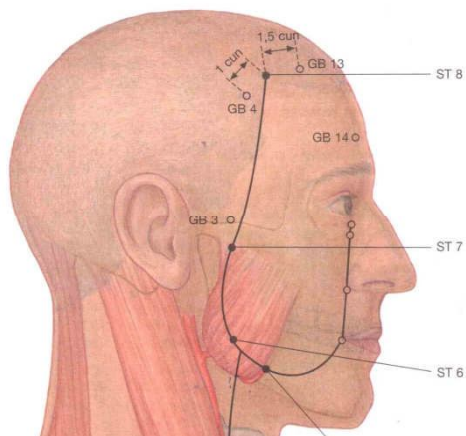
Se il dolore non migliora entro 10 secondi, spostate questi cerotti alla posizione descritta nel *passo 7*.





PASSO 7

Mettete un cerotto bianco, sul punto *Stomaco 7*, situato sul lato destro del volto, nella depressione sotto lo zigomo ed un cerotto marrone sullo stesso punto a sinistra, nel punto indicato con ST7.



L'esperienza ha dimostrato che molto spesso una di queste posizioni porterà sollievo dal mal di testa.