

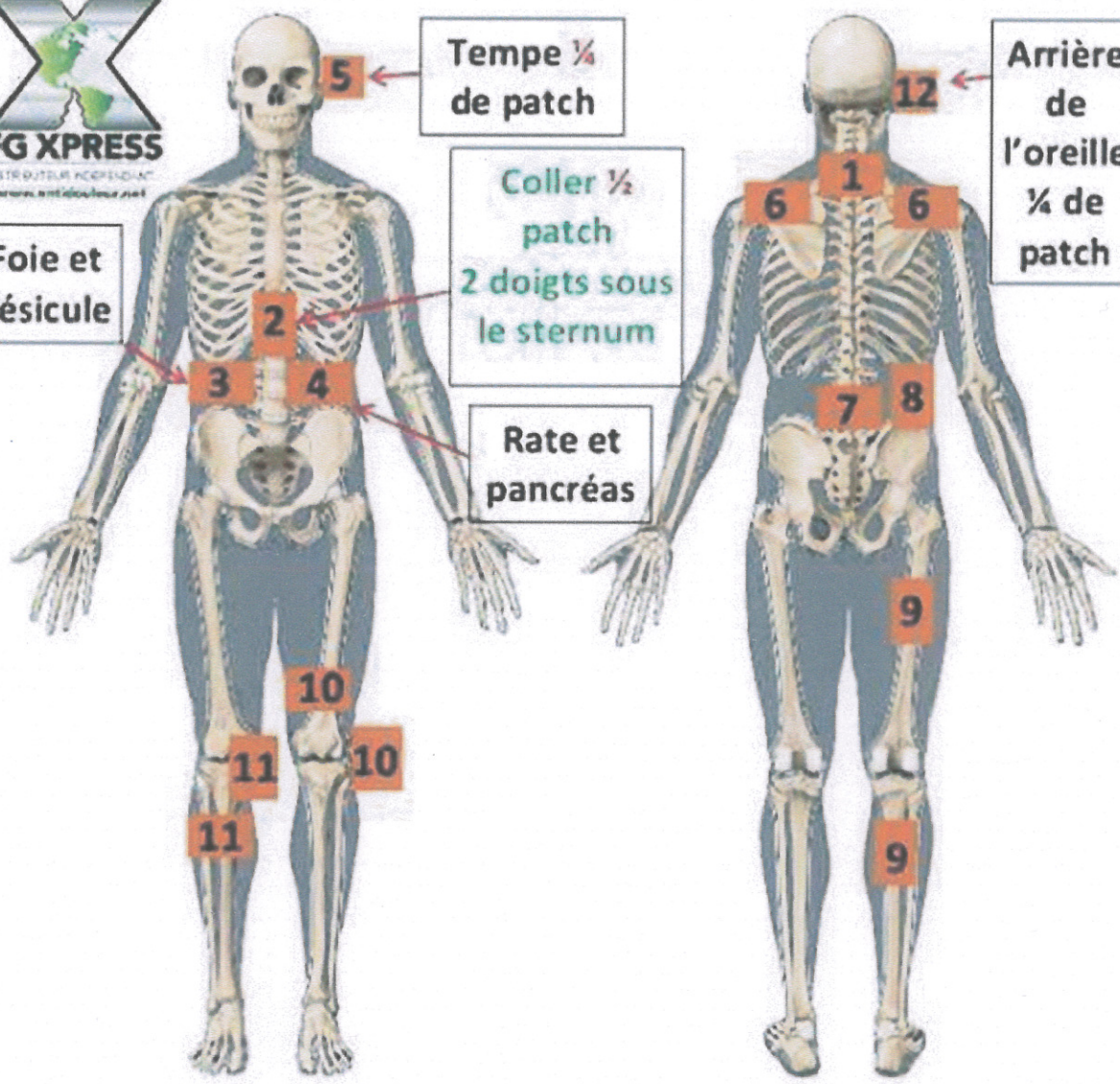
Foie et
vésicule

Tempe $\frac{1}{4}$
de patch

Coller $\frac{1}{2}$
patch
2 doigts sous
le sternum

Rate et
pancréas

Arrière
de
l'oreille
 $\frac{1}{4}$ de
patch



Douleurs intenses = appliquer 1 patch au point 1 pour douleurs membres supérieurs ou point 7 pour douleurs membres inférieurs et $\frac{1}{2}$ patch au niveau de la douleur.

Pour soulager un ensemble de douleur, placer un patch au point 1 et $\frac{1}{2}$ patch sur chaque douleur jusqu'à la fin de tous ressentis.

Important : boire 1 litre $\frac{1}{2}$ d'eau par jour !

Ces informations ne sont qu'à titre indicatif. Elles n'engagent pas son auteur.

Bien-être : 1 - 2

Acné : 1 - 2 - 3 - 4

Dépression / burnout : 1 - 2 - 3

Mal de dos / ostéoporose : 1 - 7 - 2

(Pendant 3 ou 4 jours, changer le patch tous les jours). Si les douleurs persistent, positionner $\frac{1}{2}$ patch supplémentaire à l'endroit de la douleur

Sclérose en plaque : 1 - 7 - 2 - 3 - 4

Migraine : 1 - 3 - 5

(1 patch coupé en 2 sur son plus petit côté, 1 moitié coupé en 4 parts égales. $\frac{1}{4}$ à positionner sur le visage côté tempe douloureuse point 5, $\frac{1}{2}$ bande sur la nuque point 1 et $\frac{1}{2}$ ou 1 patch sur le point 3

Acouphènes / vertiges / maladie de Ménière : 12 - 1

($\frac{1}{4}$ de patch derrière les oreilles 12 et $\frac{1}{2}$ patch au point 1)

Fibromyalgie : 1 - 2 - 3 - 4

Epaules : 1 - 6

Trapèze : 1

Lombago : 7

Hanches : 7

(Si douleurs persistantes, ajouter un patch au point 8)

Sciatique : 7 - 8 - 9

(Couper 2 patchs en deux sur son plus petit côté. Utiliser 3 bandes)

Toutes douleurs d'articulations : placer le patch au-dessus de l'articulation

Douleurs du genou : Appliquer au-dessus ou au-dessous et côté intérieur ou extérieur selon la douleur : 10 - 11