



WHIEDA



РУКОВОДСТВО ПО ИСПОЛЬЗОВАНИЮ
МАССАЖЕРА MAGIC FOHERB

О МАССАЖЕРЕ



Благодаря применению современных технологий массажер Magic Foherb полностью воспроизводит все массажные практики традиционной китайской медицины: растирание, лечебный массаж, огненный массаж, прогревание, массаж банками, массаж гуаша, иглоукалывание и другие. На протяжении многих тысячелетий методы традиционной китайской медицины доказали свою высокую эффективность и неоспоримую пользу. В настоящее время все больше и больше людей пробуют и применяют китайские народные средства и методы лечения, однако эти практики очень сложны и требуют профессиональной подготовки и обучения. Для популяризации китайской традиционной медицины наш собственный отдел исследований и разработок в результате многолетней работы создал по-настоящему «магический» инструмент нового поколения, который способен облегчить применение техник традиционной китайской медицины: он прост в освоении и в эксплуатации, но при этом имеет высокую эффективность. Обучение работе на приборе проходит максимально быстро, после окончания которого Вы становитесь квалифицированным физиотерапевтом ТКМ. В то же время массажер имеет компактную форму, красивый дизайн, его удобно носить с собой, легко использовать.

Принцип действия массажера

Основываясь на принципах традиционной китайской медицины, а также применяя современные бионические и эргономические технологии, массажер одновременно сочетает в себе несколько функций: импульс, лазер, вакуум и термонагрев. Благодаря этому в домашних условиях можно легко проводить профилактические и лечебные процедуры без посещения клиники: иглоукалывание, лечебный массаж, массаж банками, массаж гуаша (массаж костяным скребком; метод воздействия на акупунктурные точки в традиционной китайской медицине) и другие процедуры. Также массажер можно использовать в косметологии, для похудения и борьбы с целлюлитом.

Противопоказания

- 1.Высокая температура, кровотечения, послеоперационный период (в течение 6 месяцев);
- 2.Инфаркт миокарда, инсульт, кровоизлияние в мозг, апоплексия головного мозга и другие тяжелые заболевания;
- 3.Наличие кардиостимулятора и других инородных предметов в теле;
- 4.Беременность, менструация, детский возраст;
- 5.Варикозное расширение вен;
- 6.Инфекционные заболевания кожи;
- 7.Любые крайне тяжелые заболевания и состояния;
- 8.Люди с гипогликемией или гипертонией должны проконсультироваться со специалистом перед использованием;
- 9.При массаже лазером строго запрещается направлять лазерный луч в область глаз.

Краткое описание основных функций



импульсный массаж

массаж отрицательным давлением (вакуум и массаж гуаша)

термомассаж

лазерный массаж

Импульс

Функция импульса, имитируя биоэлектричество в нашем теле, позволяет прочистить меридианы, активировать клетки, улучшить кровообращение, снять воспаление, боль и усталость, укрепить иммунитет и другое.



Вакуум

Функция отрицательного давления заключается в применении разницы давлений, которую создает прибор, таким образом можно проводить массаж банками и массаж гуаша без использования специальных инструментов. Эти массажные практики ТКМ помогут прочистить меридианы, улучшить кровообращение, вывести токсины, активировать иммунную систему, снять боль, воспаление и чувство онемения, и другое.



Термонагрев

Функция нагрева заключается в имитации гипертермии для улучшения кровообращения, облегчения мышечной боли, повышения жизнеспособности клеток и улучшения здоровья.



Лазер

Функция лазера низкой интенсивности с длиной волны 650 нм облучает носовую полость, уши и горло, не причиняя вреда, а также благотворно влияет на организм в целом, стимулируя фотохимические реакции и биологические эффекты.



Работа с прибором

Импульс

Импульсный массаж имеет 99 уровней интенсивности. Перед началом процедуры полностью смочите в воде токопроводящие перчатки (включая металлические кнопки), сначала наденьте сухие изолирующие перчатки, а затем поверх них наденьте влажные токопроводящие перчатки. Изолирующие перчатки обязательно должны быть длиннее токопроводящих, то есть необходимо исключить контакт токопроводящих перчаток с кожей! Далее подключите импульсный провод и нанесите массажный крем (увлажняющий и энергетический), с помощью кнопок увеличения/уменьшения “+/-” установите комфортный уровень интенсивности. Обязательно регулируйте интенсивность в соответствии с индивидуальными ощущениями человека!

Токопроводящий провод напрямую подключается к к электродным аппликаторам, а аппликаторы напрямую прикрепляются к нужной акупунктурной точке, при этом установите подходящую интенсивность передачи импульса.

Термонагрев

Выберите режим термомассажа, с помощью этой же кнопки установите комфортный уровень нагрева от 1 до 5.

Отрицательное давление (вакуум)

Функция отрицательного давления имеет 5 уровней интенсивности. Лучше всего проводить терапию вакуумным массажем (массаж банками, гуаша) в сочетании с термонагревом для достижения лучшего результата. При выполнении баночной терапии сначала выберите 4 уровень термонагрева, а затем 1 или 2 уровень интенсивности вакуума, далее выполняйте массаж в соответствующих акупунктурных точках в течение 3-5 минут. Для проведения массажа гуаша сначала выберите 4 уровень термонагрева, а затем 2 уровень интенсивности вакуума, далее с помощью массажера пройдитесь по массажным линиям 20 раз. Во время массажа гуаша можно регулировать уровень интенсивности в зависимости от личных ощущений человека, которому делают терапию. Токопроводящий провод напрямую подключается к электродным подушечкам, а подушечки напрямую прикрепляются к нужной акупунктурной точке, при этом установите подходящую интенсивность передачи импульса.

Лазер

Функция лазера имеет 2 режима действия: «прерывистый режим», при котором выходной сигнал лазера прерывистый и периодически мигает через определенный интервал, и «непрерывный режим», при котором выходной сигнал лазера постоянный. Уровень интенсивности выходного сигнала можно регулировать с помощью той же кнопки «Лазер». Продолжительность массажа лазером составляет 30 минут.



Рекомендации по применению

Техники работы с импульсом (токопроводящие перчатки)

1. Поглаживание. Необходимо работать обеими руками и использовать всю поверхность ладоней для соприкосновения, подходит для спины и конечностей.
2. Точечный массаж пальцами. Подушечками четырех пальцев надавить (уколоть) на болевые точки, таким образом осуществляя как бы точечное давление, точечный массаж именно пальцами.
3. Круговые движения. Сложить вместе четыре пальца и, делая круговые движения, расслабить мышцы в этой части.
4. Массаж ладонями. Проработать область с помощью всей поверхности ладоней обеих рук, при этом зафиксировать их в конкретной области.

Акупунктурные точки и меридианы в ТКМ

Метод определения точек акупунктуры

Метод определения точек акупунктуры

В традиционной китайской медицине для измерения расстояния между точками акупунктуры применяется специальный метод ширины пальцев - цунь.

1 цунь равен ширине большого пальца



1.5 цуня равны общей ширине среднего и указательного пальцев



2 цуня равны общей ширине указательного, среднего и безымянного пальцев



3 цуня равны общей ширине указательного, среднего, безымянного пальцев и мизинца. Для более точного результата рекомендуется ориентироваться на ширину пальцев того человека, кому делают массаж



Популярные точки акупунктуры

Точка «Цзу-сань-ли»

расположена под безымянным пальцем при расположении руки на коленной чашечке.



Точка «Вэй-чжун»

расположена в подколенном ямке, в центре поперечной складки и в центре подколенной ямки.



Точка «Ле-цюэ»

для ее нахождения применяется следующий способ: нужно скрестить руки через промежутки между большими и указательными пальцами, точка находится в углублении на уровне конца указательного пальца. Нажмите указательным пальцем одной руки на радиальный шиловидный отросток другой руки и выберите акупунктурную точку, когда кончик указательного пальца достигнет углубления.



Точка «Хэ-гу»

находится на тыльной стороне ладони в месте соединения большого пальца и указательного, находится на меридиане толстого кишечника.



Точка «Нэй-гуань»

расположена на 2 цуня выше горизонтальной линии запястья, между двумя сухожилиями длинной ладонной мышцы и лучевого сгибателя запястья.

Точка «Сань-Инь-Цзяо»

(точка пересечения трех Инь) находится на внутренней стороне голени, на 3 цуня выше кончика медиальной лодыжки, позади медиального края большеберцовой кости.

Точка «Да-чжуй»

находится под остистым отростком VII шейного позвонка.

Оздоровительный эффект

Точка «Цзу-сань-ли»: вздутие, диарея, запор, тошнота, рвота, рефлюкс, плохое пищеварение;

Точка «Вэй-чжун»: боль в пояснице и спине, паралич нижних конечностей;

Точка «Ле-цюэ»: головная боль, шейный отдел позвоночника, кашель, жар, астма;

Точка «Хэ-гу»: головная боль, зубная боль, паралич лицевого нерва, искривленные уголки рта, отек горла.

Точка «Нэй-гуань»: стенокардия, миокардит, аритмия, боль в груди, гастрит, боль в желудке, рвота;

Точка «Сань-Инь-Цзяо»: вздутие, диарея, нерегулярные менструации, бессонница, ночные поллюции, энурез, импотенция, паралич нижних конечностей;

Точка «Да-чжуй»: лихорадка, кашель, астма, боль в спине и пояснице, тепловой удар, шейный спондилез, боль в шее и плечах, головная боль;

Болевая точка «А-ши»: облегчайте болевые симптомы, нажимая и разминая в месте боли.



Биоэнергомассажёр

Физиотерапия XXI века



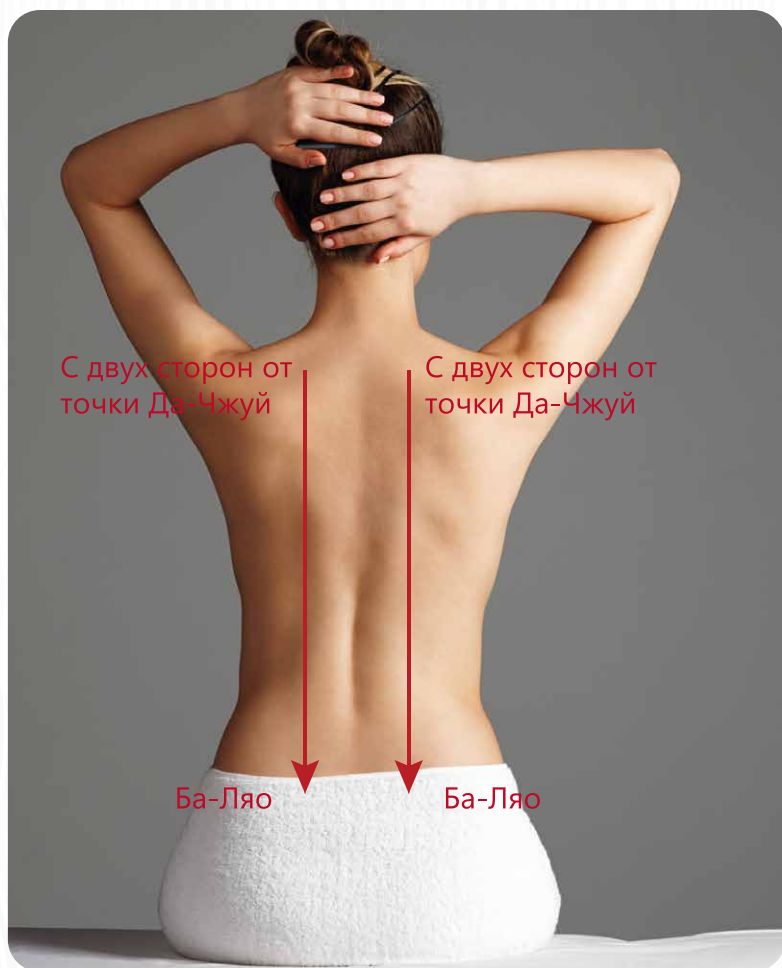
01

Проработка заднесрединного меридиана Ду-май:

Да-Чжуй → Хуань-Тяо

Основные требования: движение начинается от точки Да-чжуй и заканчивается в точке Хуань-тяо. Одна рука помещается в область БАТ Да-Чжуи, вторая рука следует за первой. Ладони плотно прилегают к телу, скорость движений медленная. Достигаем руками нижней части копчика, разводим руки в стороны, фиксируем в точках Хуан-Тяо на 10 секунд. Соединяем большие пальцы рук вместе, отрываем руки от тела. Выполняем 4 повторения для мужчин, 4 повторения для женщин.







02

Проработка меридиана мочевого пузыря:

С двух сторон от точки Да-Чжуй → Ба-ляо
Основные требования: пальцы рук соединены вместе, руки следуют с двух сторон по энергетическому каналу мочевого пузыря. Ладони плотно прилегают к телу, скорость движений медленная. Руки достигают точек Ба-Ляо, фиксируем их в этой зоне на 10 секунд. Соединяем большие пальцы рук вместе, отрываем руки от тела. Выполняем 4 повторения для мужчин, 4 повторения для женщин.



Проработка коллатералей Ло-май:

Да-чжуй —> Хуань-тяо

Основные требования

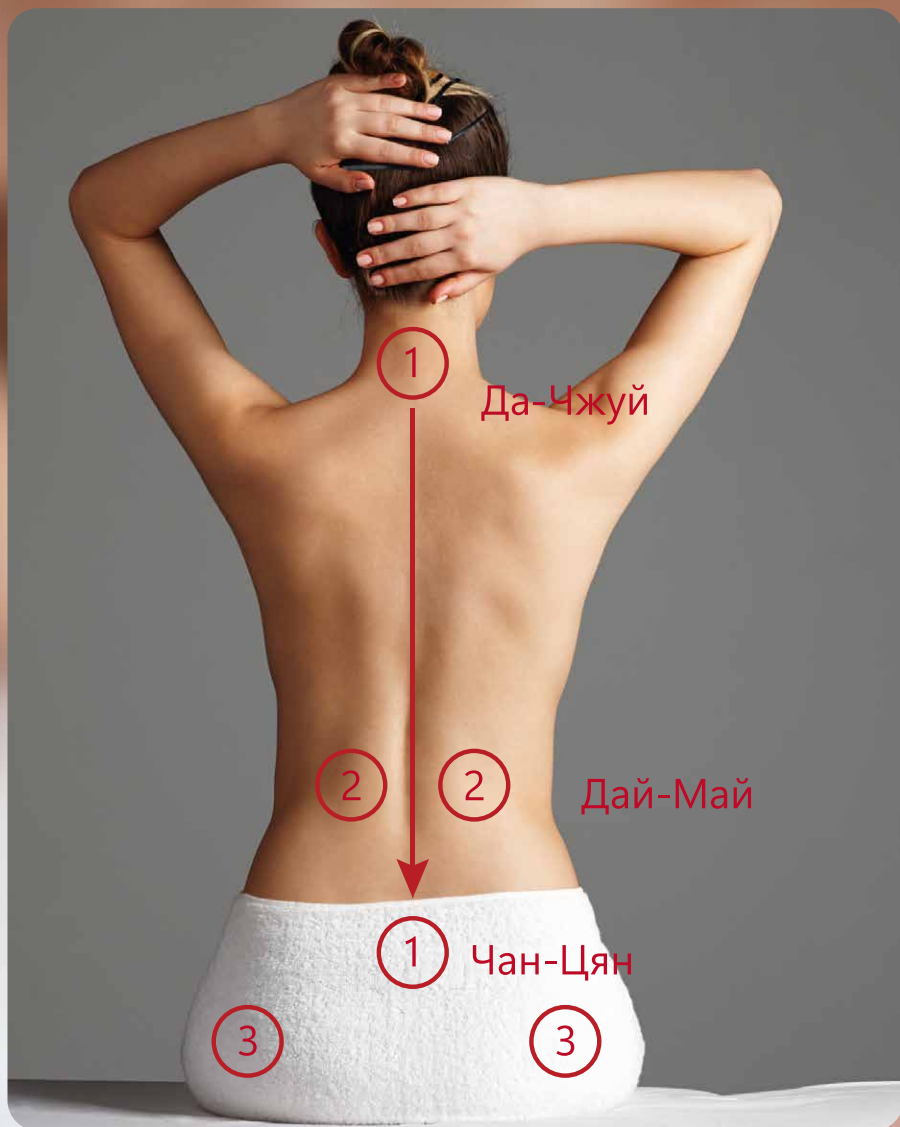
Массаж первой зоны: движение начинается от точки Да-Чжуй, через область лопаток руки перемещаются в область подмышечных впадин (в точках Ци-цюань задерживаемся на 10 секунд), резко отрываем руки от тела.

Массаж второй зоны: движение начинается снова от точки Да-Чжуй вниз по коллатералям Ло-май, задерживаемся на 3 сек. и отрываем ладони с тела, при этом не должно быть зазора между ладонью и поверхностью кожи.

Массаж третьей зоны: движение начинается от точки Да-Чжуй вниз к опоясывающему меридиану. Выполняем 9 массажных движений.

Перемещаем руки в область точек Ба-Ляо, затем перемещаем руки на точки Хуань-тяо, фиксируем на 10 секунд. Соединяем большие пальцы рук вместе, отрываем руки от тела.

Выполняем 3 повторения, одинаково и для мужчин, и для женщин.



1. Фиксированное воздействие на точку:

Да-чжуй → Чан-Цзян

Основные требования: одна рука помещается на точку Чан-цян, другая на точке Да-чжуй, при этом необходимо постепенно увеличивать интенсивность (по мере адаптации пациента), при достижении предела необходимо выдержать интервал в 1 минуту, и после этого снизить интенсивность до начального уровня.

2. Фиксированное воздействие на опоясывающий меридиан Дай-май

Основные требования: обе руки располагаются в области точки Мин-мэнь и плотно прижимаются к опоясывающему меридиану Дай-май, интенсивность постепенно увеличивается до появления болевых ощущений в области поясницы, после этого выдерживается интервал в 1 минуту.

3. Фиксированное воздействие на точку Чэн-фу

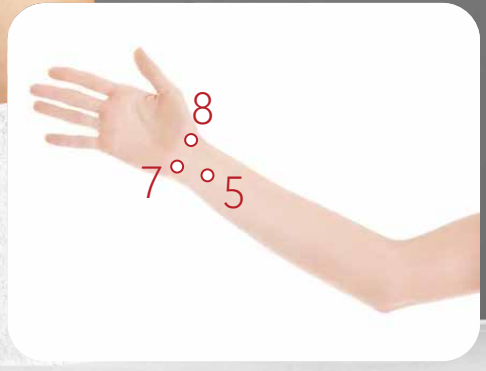
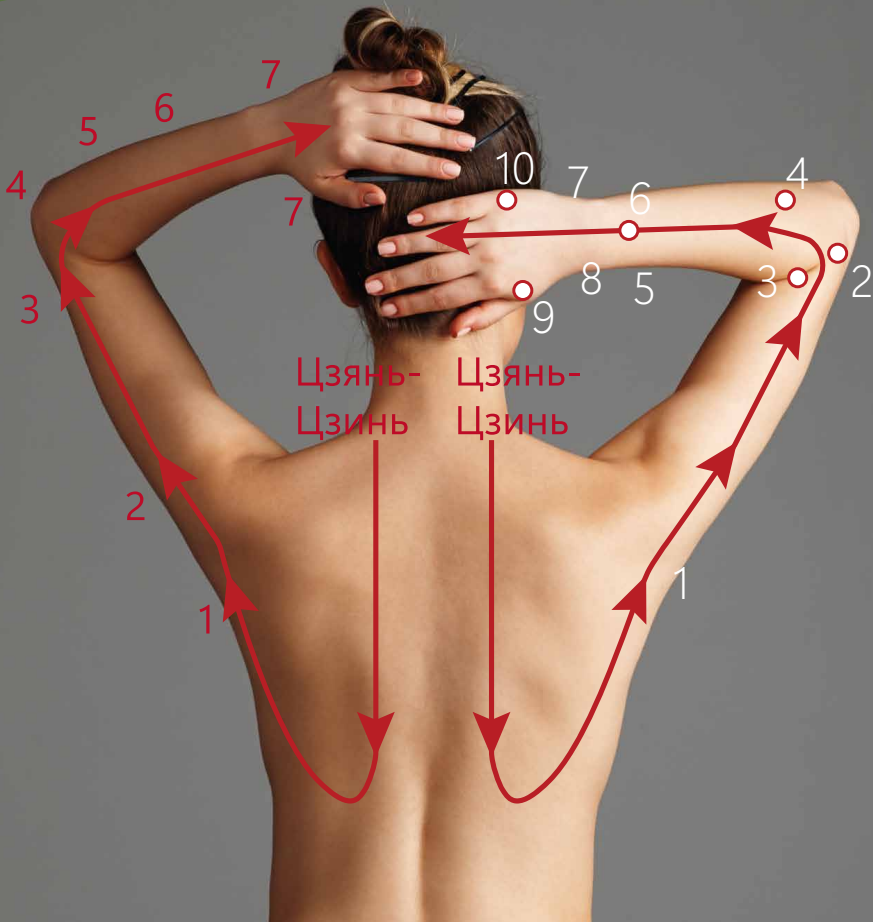
Основные требования: обе руки плотно прилегают к точке Чэн-фу, интенсивность увеличивается постепенно, до предела чувствительности пациента, затем выдерживается интервал в 1 мин, интенсивность снижается до 18 единиц, большие пальцы рук соединяются вместе, руки отрываются от тела.

Выведение патогенного фактора «ветра», путем воздействия на БАТ (биологически активные точки)

Основные требования:

Проработка надостной мышцы 5 раз. От точки Да-джуй через точки Цзянь-цзинь, Цзянь-ляо к Би-нао.

1. Цзи-цюань (1), фиксируем их в таком положении на 1 минуту.
2. Плотно прилегаем руками к телу, перемещаемся на БАТ Би-нао, фиксируем руки на полминуты.
3. Плотно прилегаем руками к телу, перемещаемся на БАТ Цюй-чи (2) и Чи-цзе (3), фиксируем руки на 1 минуту.
4. Плотно прилегаем руками к телу, перемещаемся на БАТ Шоу-санли (4), фиксируем руки на полминуты.
5. Плотно прилегаем руками к телу, перемещаемся на БАТ Нэй-гуань (5) и Вай-гуань (6), фиксируем руки на 1 минуту.
6. Плотно прилегаем руками к телу, перемещаемся на БАТ Шэнь-мэнь (7) и Тай-юань (8), фиксируем руки на полминуты.
7. Плотно прилегаем руками к телу, перемещаемся на БАТ Хэ-гу (9) и Хоу-си (10), фиксируем руки на 1 минуту. Скользящими движениями массируем пальцы рук. Начиная с больших пальцев рук, массируем каждый палец на протяжении 3-х секунд.



ТЕХНИКА МАССАЖА ОТДЕЛЬНЫХ ЧАСТЕЙ ТЕЛА

УХОД ЗА ПЛЕЧАМИ И ШЕЕЙ

Используя импульсный массаж, поглаживаниями двигаться по массажным линиям от точки Фэн-фу (1) в точку Да-чжуй (3) 9 раз.

Используя импульсный массаж, поглаживаниями двигаться от точки Фэн-чи (2) в точку Фэн-мэнь (4) 9 раз.

Используя импульсный массаж, поглаживаниями двигаться сверху вниз по линиям подлопаточной зоны 9 раз.

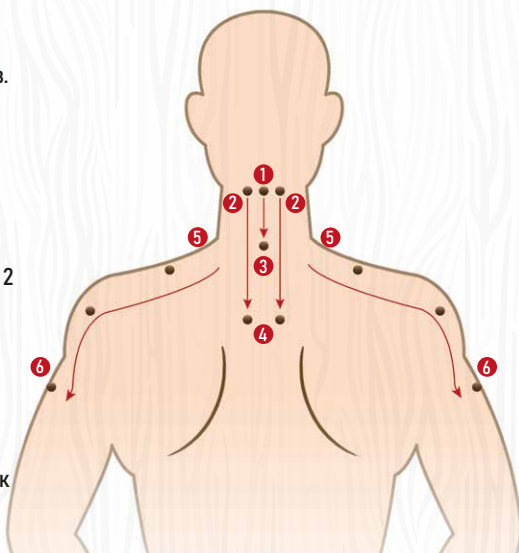
Используя импульсный массаж поглаживанием двигаться слева направо по линиям плеча 9 раз.

Используя импульсный массаж, комплексно воздействовать на ямку в точке Фэн-фу (1) и Фэн-чи (2) в течении двух минут.

Используя импульсный массаж, комплексно воздействовать на точку Да-чжуй (3) в течение 2 минут.

Используя импульсный массаж комплексно воздействовать на точку Цзян-цзинь (5) в течение 2 минут.

С помощью всей поверхности ладоней обеих рук применить импульсный массаж в области точек Би-нао (6) в течение 2 минут (рекомендуемый уровень интенсивности 30-50)



УХОД ЗА ПОЛОЖЕНИЕМ НИЖНЕЙ ЧАСТИ СПИНЫ

Используя импульсный массаж, одна ладонь гладит точку Да-чжуй (3), другая ладонь от точки Да-чжуй (3) поглаживает до области Ба-ляо (заднесрединный меридиан) 9 раз.

Используя импульсный массаж, обеими ладонями поглаживать меридиан мочевого пузыря (от заднесрединного меридиана справа и слева на расстоянии полтора цуня).

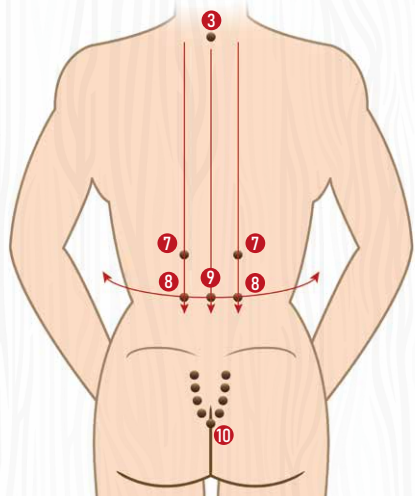
Используя импульсный массаж, обеими ладонями поглаживать, начиная от точки Мин-Мэнь (9) до боков туловища 9 раз.

Используя импульсный массаж, комплексно воздействовать на точку Пи-шу (7) в течение 2 минут.

Используя импульсный массаж, комплексно воздействовать на точку Шэнь-шу (8) в течение 2 минут.

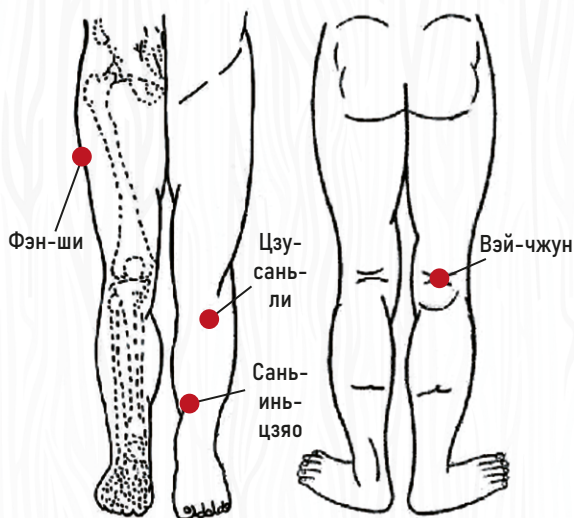
Используя импульсный массаж, комплексно воздействовать на точку Яо-шу (10) в течение 2 минут.

С помощью всей поверхности ладони одной руки применить импульсный массаж в области Ба-ляо, а другой ладонью в точке Да-чжуй (3) в течение 2 минут, добиться эффекта легкого ветерка в пальцах.



УХОД ЗА НИЖНИМИ КОНЕЧНОСТЯМИ

- Применить импульсный массаж и с помощью техники поглаживания обеими ладонями двигаться сверху вниз вдоль меридиана желчного пузыря 9 раз.
- Применить импульсный массаж и с помощью техники поглаживания обеими ладонями двигаться снизу вверх вдоль печеночного меридиана 9 раз.
- Применить импульсный массаж и с помощью техники поглаживания обеими ладонями двигаться сверху вниз вдоль почечного меридиана 9 раз.
- Применить комбинированную технику импульсного массажа в точке Фэн-ши в течение 2 минут.
- Применить комбинированную технику импульсного массажа в точке Вэй-чжун в течение 2 минут.
- Используя импульсный массаж комплексно воздействовать на Цзу-Сань-Ли (Меридиан желудка) в течение двух минут.
- Используя импульсный массаж комплексно воздействовать на точки Сань-Инь-Цзяо (меридиан селезенки) в течение двух минут.
- Используя импульсный массаж комплексно воздействовать на коленный сустав в течении двух минут.
- Используя импульсный массаж комплексно воздействовать на голеностопный сустав в течении двух минут.





ТЕХНИКА МАССАЖА ОТРИЦАТЕЛЬНЫМ ДАВЛЕНИЕМ (ГУАША)

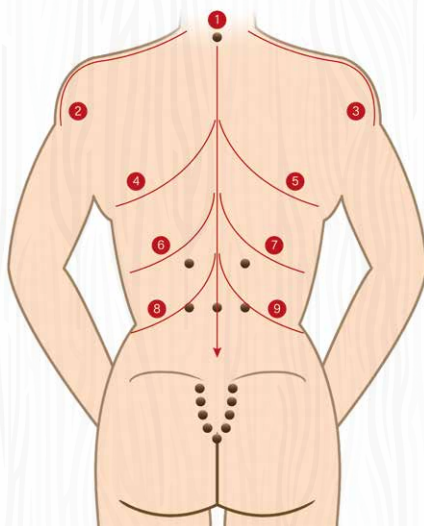
•Отключите функцию импульса, включите термонагрев, с помощью массажера равномерно нанесите масло по всей спине (рекомендуется 4 уровень нагрева).

•Далее, не отключая термонагрев, включите функцию отрицательного давления и установите комфортный уровень интенсивности (рекомендуется 2 или 3 уровень).

•Применяя комбинированную технику, функция отрицательного давления + термонагрев, пройдите массажером по массажным линиям 1-9 по 10-20 раз до появления пятен фиолетового цвета.

Выключите массажер и завершите процедуру расслабляющим массажем всей спины.

(Примечание: повторить массаж гуаша можно через 3 дня после того, как исчезнут гематомы после предыдущего сеанса)





01

Похудение

- Применить точечный импульсный массаж пальцами в точках Шан-вань (5 цуней выше пупка), Чжун-вань (4 цуня выше пупка) и Ся-вань (2 цуня выше пупка) по 2 минуты в каждой.
- Применить точечный импульсный массаж пальцами начиная по направлению кишечника, затем выше ободочной кишки, далее в области поперечной ободочной кишки по направлению к нисходящей ободочной кишке, останавливаться в каждой области в течение 10 секунд.
- Применить точечный импульсный массаж пальцами в точках Ци-хай (1,5 цуня ниже пупка) и Гуань-юань (3 цуня ниже пупка) в течение 2 минут.
- Применить точечный импульсный массаж пальцами в точках Тянь-хэн (на уровне пупка, на 4 цуня в сторону от передней срединной линии), Тянь-шу (2 цуня снаружи на уровне пупка) и Дай-май в течение 2 минут.
- Выбрать 5 уровень термонагрева для разминания области живота, разминать начиная с области желудка и вниз по направлению к пояснице, с каждой стороны по 20 раз.
- Выбрать 5 уровень термонагрева для разминания в области талии, далее разминать начиная от поясницы по направлению к пупку, с каждой стороны по 20 раз.
- Нанести на область живота и талии энергетический крем для расслабляющего массажа.



02

Ринит

- Применить точечный импульсный массаж пальцами в точках Инь-тан (3-й глаз) \, Би-тун (крылья носа) и Ин-сян (у основания носа). Положить одну руку на точку Инь-тан и не двигать ею, большой и указательный пальцы другой руки приложить в точку Би-тун и держать так в течение 3 минут, затем с точки Би-тун переместить большой и указательный пальцы в точку Ин-сян, также держать в течение 3 минут.
- Прорабатывать носовую полость лазером в течение 30 минут.



03

Головная боль

- В точках Фэн-чи, Фэн-фу, Тянь-чжу и в височной впадине применить комбинированную технику с токопроводящими перчатками (точечный массаж пальцами + разминание круговыми движениями) в течение 3 минут.
- Применить массаж вакуумом (аналог гуаша) по всей спине.
- Применить массаж вакуумом (аналог Баночной терапии) в точке Да-чжуй в течение 3 минут.



04

Усталость глаз

- Применить точечный импульсный массаж с помощью подушечек четырех пальцев в области надбровной дуги в течение 3 минут.
 - В точках Цзин-мин, Чэн-ци и Сы-бай применить точечный импульсный массаж пальцами в течение 3 минут.
- (Важно! Начните с 5 уровня интенсивности, постепенно увеличивая до комфортного для Вас уровня, но не выше 15 уровня!)



05

Шейный отдел позвоночника

- Применить точечный импульсный массаж пальцами в точках Да-чжуй, Фэн-чи, Фэн-фу и Цзянь-цин по 3 минуты в каждой.
- Баночная терапия в точке Да-чжуй в течение 3 минут.
- Массаж гуаша в области плеч и лопаток по массажным линиям 20 раз.



06

Периартрит плеча

- Прикрепить электродные подушечки в точках Цзянь-ляо, Цзянь, Цзянь-чжэнь и Цзянь-цзин или применить комбинированную технику с токопроводящими перчатками (точечный массаж пальцами + разминание круговыми движениями) в течение 3 минут. В болевой точке (А-ши) прикрепить электродную подушечку или применить комбинированную технику с токопроводящими перчатками (точечный массаж пальцами + разминание круговыми движениями) в течение 5 минут.
- Применить массаж вакуумом (аналог гуаша) в области плеч и лопаток по массажным линиям 20 раз.
- Применить массаж вакуумом (аналог Баночной терапии) в точке Да-чжуй в течение 3 минут.



07

Легкие

- Применить точечный импульсный массаж пальцами в точках Тянь-ту, Юнь-мэнь, Чи-цзе, Юй-цзи, Да-чжуй и Фэй-шу по 3 минуты в каждой.
- С помощью всей поверхности ладоней применить импульсный массаж в точках Би-нао в течение 2 минут, добиться эффекта легкого ветерка в пальцах.
- Применить массаж вакуумом (аналог гуаша) по всей спине.
- Применить массаж вакуумом (аналог Баночной терапии) в точке Да-чжуй в течение 3 минут.



08

Ревматизм

> Руки

- Применить точечный импульсный массаж пальцами в точках Чи-цзе, Да-цзе и Да-лин по 3 минуты.
- Применить точечный импульсный массаж пальцами в болевых точках (А-ши) по 3 минуты.
- С помощью всей поверхности ладоней применить импульсный массаж в точках Би-нао в течение 2 минут, добиться эффекта легкого ветерка в пальцах.
- Применить массаж вакуумом (аналог гуаша) по всей спине.
- Нанести энергетический крем на суставы, которые болят, и обернуть полиэтиленовой пленкой, каждый день по 2 раза.

> Ноги

- Применить точечный импульсный массаж пальцами в точках Сюэ-хай, Цзу-сань-ли, Инь-лин и Сань-Инь-Цзяо по 3 минуты.
- Применить точечный импульсный массаж пальцами в болевых точках (А-ши) по 3 минуты.
- С помощью всей ладони одной руки применить импульсный массаж в точке Фэн-ши, с помощью пальцев другой руки - точечный импульсный массаж в точках Кунь-лунь и Тай-си в течение 2 минут, добиться эффекта легкого ветерка в пальцах.
- Применить массаж вакуумом (гуаша) по внутренней, внешней и задней частям ног по 20 раз с каждой стороны, поэтапно начиная с бедер и двигаясь вниз к голеням.
- Нанести энергетический крем на суставы, которые болят, и обернуть полиэтиленовой пленкой, каждый день по 2 раза.



09

Женское здоровье

Поддержание женского здоровья при таких проблемах, как нарушение менструального цикла и функции желез внутренней секреции, переохлаждение органов малого таза и другое.

- Применить точечный импульсный массаж пальцами в точках Чжун-вань, Гуань-юань, Цзу-сань-ли и Сань-Инь-Цзяо в течение 2 минут.
- С помощью всей поверхности ладони применить импульсный массаж в области живота и пупка в течение 3 минут.
- С помощью всей поверхности ладони применить импульсный массаж в области пупка и в точке Гуань-юань в течение 3 минут.
- С помощью всей поверхности ладони применить импульсный массаж в области пупка с обеих сторон в течение 3 минут.
- С помощью всей поверхности ладони применить импульсный массаж в области почек в течение 3 минут.
- Включить термонагрев для растирания в области живота и кишечника круговыми движениями 20 раз по часовой стрелке.
- Массаж вакуумом (гуаша) всей спины.



10

Грудь

- С помощью всей поверхности обеих ладоней применить импульсный массаж в области одной груди (слева и справа от соска накрыть ладонями грудь) в течение 3 минут.
- С помощью всей поверхности обеих ладоней применить импульсный массаж в области одной груди (сверху и снизу от соска накрыть ладонями грудь) в течение 3 минут.
- С помощью всей поверхности ладони применить импульсный массаж в точке Жу-гэнь в течение 3 минут.
- Применить точечный импульсный массаж пальцами в точке Тянь-си в течение 3 минут.
- С помощью пальцев одной руки применить точечный импульсный массаж в точке Тан-чжун, с помощью всей поверхности ладони другой руки применить импульсный массаж в точке Гуань-юань в течение 3 минут.
- С помощью всей поверхности ладони применить импульсный массаж в области поясницы(почек) в течение 3 минут.
- Массаж вакуумом (гуаша) всей спины.



11

Почки

Поддержание функции почек может улучшить сексуальную функцию и работу мочевыделительной системы, снять усталость и отек.

- Применить точечный импульсный массаж пальцами в точках Гуань-юань, Шэнь-шу и Ба-ляо по 3 минуты.
- С помощью всей поверхности ладони применить импульсный массаж в области поясницы(почек) в течение 3 минут.
- С помощью всей ладони одной руки применить импульсный массаж в точке Фэн-ши, с помощью пальцев другой руки - точечный импульсный массаж в точках Кунь-лунь и Тай-си в течение 2 минут, добиться эффекта легкого ветерка в пальцах.
- Массаж вакуумом (гуаша) всей спины.
- Массаж гуаша подошвы ступней по массажным линиям 20 раз, от пяток к пальцам.
- Баночный массаж в точке Юн-цюань в течение 3 минут.
- Нанести энергетический крем на область почек и втирать его более 20 раз, пока не появится чувство жжения, а крем полностью не впитается.



12

Суставы

- Применить точечный импульсный массаж пальцами в точках Сюэ-хай, Лян-цю, Лян-си-янь, Ян-лин и Инь-лин по 1 минуте в каждой.
- Применить точечный импульсный массаж в области коленной чашечки в течение недели, при этом в процессе выпрямляя колено до конца, на каждое колено по 30 секунд, а в болевых точках можно применить комбинированную технику по 2 минуты.
- В болевых точка (А-ши) применить комбинированную технику в течение 2 минут.
- Нанести энергетический крем на колени и обернуть полиэтиленовой пленкой на 20 минут.



WHIEDA

МАССАЖЁР
MAGIC FÖHERB



WWW.WHIEDA.ORG