

5 voordelen

1. De pen kan gebruikt worden bij het losmaken van spieren. De pen zorgt voor spiercontractie, waardoor de spier daarna weer kan ontspannen.
2. De pen zorgt voor pijnverlichting. Door de elektrische prikkel reageert het zenuwstelsel.
3. De pen kan worden gebruikt als beautybehandeling om spieren en huid strakker te maken. Bijvoorbeeld in het gezicht tegen rimpels, hiervoor kunt u de brede kop gebruiken.
4. De pen kan worden gebruikt om acupunctuurpunten te stimuleren. Door het acupunctuurpunt te stimuleren kan de meridiaan weer doorstromen. De milde elektrische pulsen werken hetzelfde als de naalden bij acupunctuur.
5. Door de meridianen te stimuleren bouwt het lichaam een barrière op waardoor je beter bestand bent tegen virussen en bacteriële infecties.

Belangrijke veiligheidsvoorschriften

- Gebruik de pen nooit als u een pacemaker heeft of andere medische apparaten die elektronisch werken.
- Gebruik de pen nooit onder de douche, in bad of andere plekken waar het vochtig is.
- Gebruik de pen niet op of vlakbij slijmvliezen of bij huidopeningen.
- Buiten bereik van kinderen houden.
- Bij zwangerschap, hart- en vaatziekten of andere ziekten raadpleeg voor gebruik een professional
- Repareer de pen niet zelf wanneer deze niet meer werkt.
- Wanneer u de pen een tijd niet gebruikt is, verwijder de batterij.

Let op: U kunt de elektrische stroming voelen in de hand waarmee u de pen vasthoudt. Dat komt omdat er ook acupunctuur punten over de hand lopen. Probeer de pen zo vast te houden, dat u de elektrische stroming in de hand zo min mogelijk voelt. Door het invetten van de handen met een (vochtinbrengende) handcreme kan de geleiding minder voelbaar zijn in de hand.

Zorg voor gebruik dat u alle benodigdheden heeft

- De meridiaan acupunctuur pen
- 2 verschillende koppen voor op de pen; de platte brede kop en de ronde puntige kop
- Een potje of tube met gel of glijmiddel voor de geleiding
- Deze gebruiksaanwijzing

Gebruik van de pen

- Doe een AA-batterij in de pen als deze er nog niet in zit. De onderkant van de pen kan er worden afgedraaid.
- Zet de pen aan door op de + te drukken op de zwarte knop
- Zet de pen op gemiddelde intensiteit (3-4)
- Als de behandeling te gevoelig is gebruik dan een gel op de plek die u behandelt, dit is zeker niet altijd nodig. Door het invetten van de handen met een (vochtinbrengende) handcreme kan de geleiding minder voelbaar zijn in de hand.
- Ga met de kop van de pen over de hand op zoek naar een plek waar u de elektrische stroming voelt. Als u die niet voelt, zet de pen dan op een hogere stand.
- Wanneer u op een bepaalde plek voelt dat de elektrische stroming krachtiger wordt, betekent dit dat u een acupunctuurpunt heeft gevonden. Houdt de pen op dit punt, of masseer het een beetje met de pen. Het kan zijn dat u de stroming voelt op andere punten van de meridiaan waar u op dat moment op werkt. Zie verderop voor alle meridianen.



De pen voor gespannen spieren

Gebruik de pen om vastzittende spieren los te maken. Het vergt wat oefening om de triggerpoints van de spier te vinden. Zorg dat u het apparaat iets dieper in het huidoppervlak duwt. Het is belangrijk dat u de spier die u wilt activeren goed ontspant. Als u de juiste plek vindt, beweegt de spier vanzelf totdat u de pen van zijn plek haalt. Slechts een kleine beweging stopt het effect, dus probeer een comfortabele houding te vinden die u enkele minuten kunt vasthouden (Voor optimaal resultaat: 15-20 minuten)

De pen als pijnverlichting

Breng de gel op het pijnlijke gebied, houd het topje stevig tegen de huid en houd stevig contact. Houd de pen op één plek en beweeg totdat u een sterke trilling voelt. Houd gedurende enkele minuten vast.

De pen als beautybehandeling

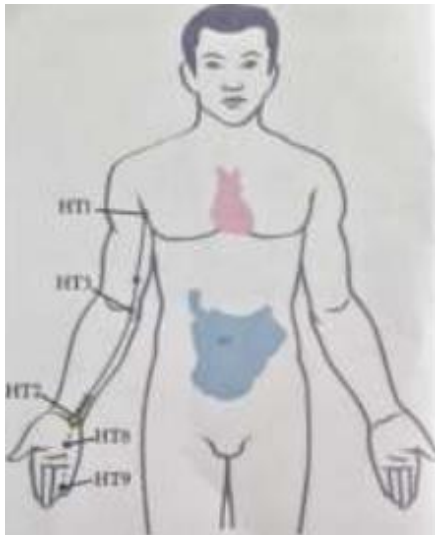
Gebruik de platte kop, zet de pen op een lage intensiteit (max 4). Doe wat gel op het gezicht. Aloë vera gel of een andere hydraterende gel of glijmiddel werkt ook, zolang het gezicht maar vochtig blijft. Zet de pen op het gezicht, maar vermijd contact rond de ogen en slijmvliezen. Wanneer u de elektrische stroming voelt, houdt de pen dan op deze plek voor een aantal minuten.

Meridianen en klachten

Onderstaand staan de meridianen met daarbij voorkomende klachten. De gouden punten worden gezien als “golden points” en zijn het meest effectief.

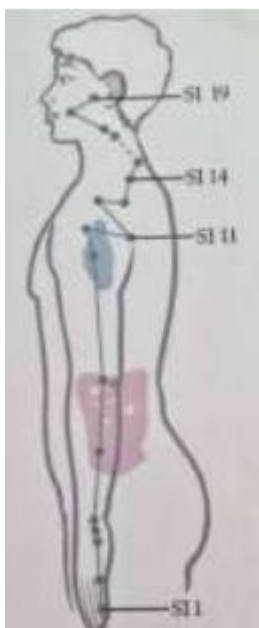
Hart meridiaan- Yin

Hartkloppingen, overmatig zweten, vermoeidheid, bloedarmoede, verslechterd gevoel in de ledematen, slapeloosheid, duizeligheid, verslechterd geheugen, mondzweren en nachtmerries



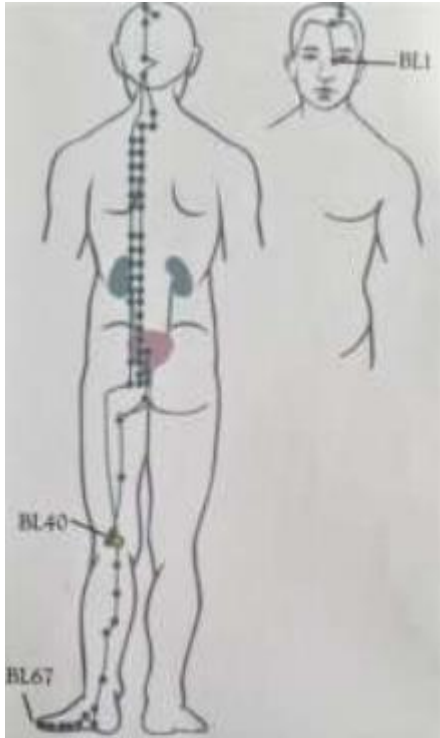
Dunne darm meridiaan – Yang

Koorts, slijmvorming, schouder- en nekpijn, zere keel, aangezichtspijn, opgezwollen klieren en slechte doorbloeding in de ledematen



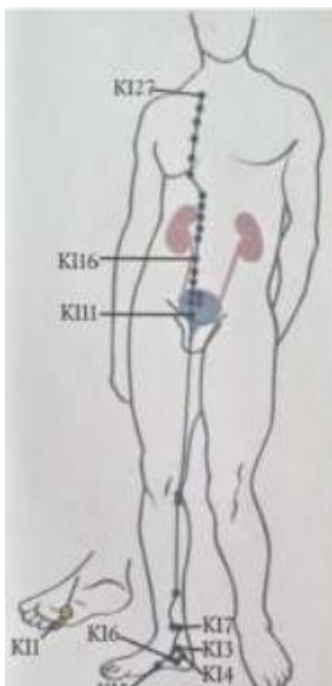
Blaas meridiaan – Yang

Artritis, gewrichtspijn, lage rugpijn, constipatie, vermoeidheid, hoge hartslag, blaasproblemen, blaasontsteking, tinnitus, prostaatproblemen en laag libido



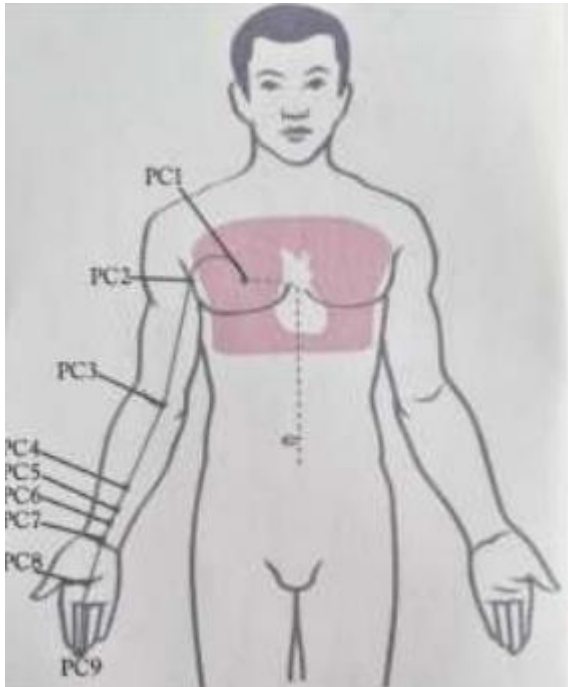
Nier meridiaan – Yin

Impotentie, blaasproblemen, blaasontsteking, tinnitus, vroegtijdig grijs haar, duizeligheid, osteoporose, anorexia en luchtwegaandoeningen



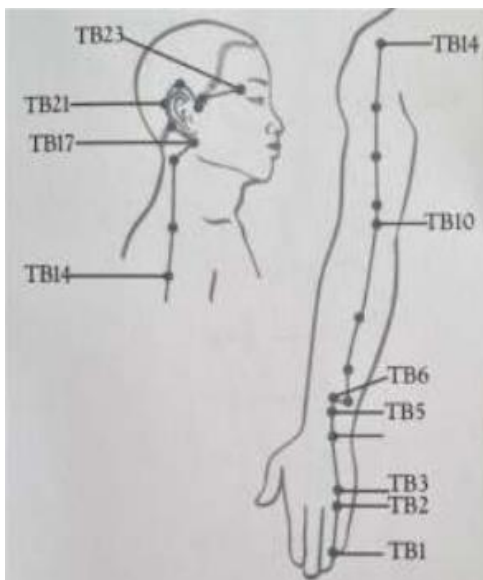
Pericard meridiaan – Yin

Hartritme stoornissen, hartkloppingen, angstaanvallen, afasie, beroerte, misselijkheid, ochtendmisselijkheid, reisziekte, baarmoederproblemen, menstruatieproblemen, depressie, bipolaire aandoeningen, hooikoorts en droge mond



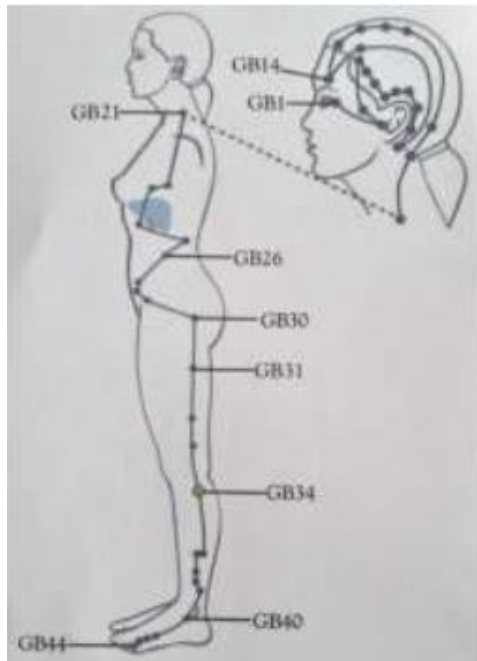
Drievoudige verwarmer meridiaan – Yang

Depressie, stemmingswisselingen, prikkelbaarheid, koorts en rillingen, zere keel, oorpijn, doofheid, tinnitus, wazig zicht, hoofdpijn en herpes



Galblaas meridiaan – Yang

Hoofdpijn, migraine, artritis in de onderste extremiteiten, opgezwollen knieën, doof gevoel in benen, galstenen, slapeloosheid, angst, ischias, en chronische vermoeidheid



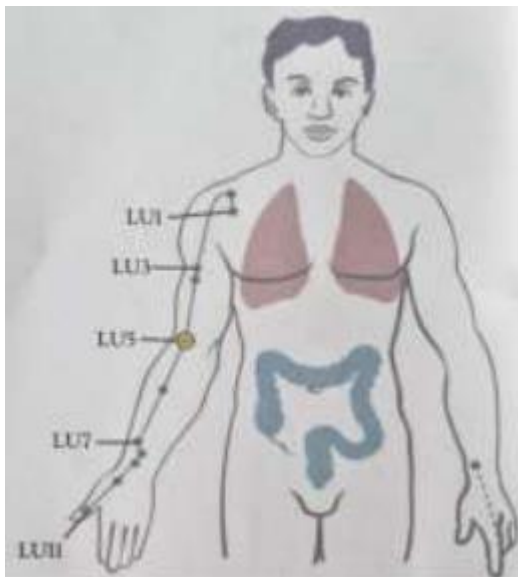
Lever meridiaan – Yin

Stemmingswisselingen, hoge bloeddruk, afasie, hoofdpijn, misselijkheid, oog- en oorproblemen, koorts, beroerte, krampen, hersenvliesontsteking, spieratrofie en spasmen



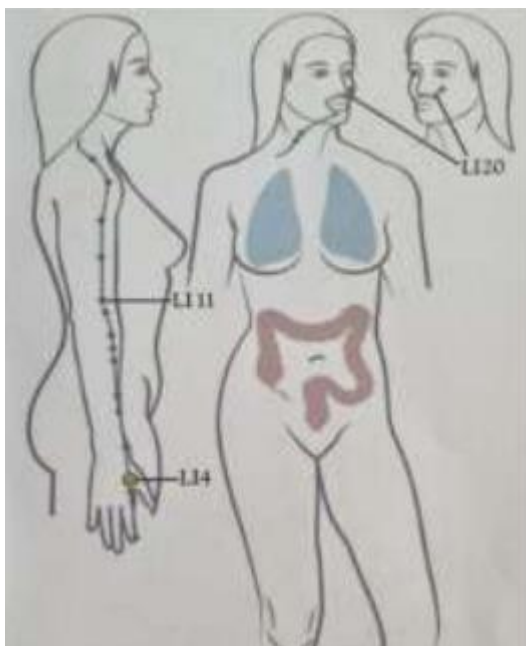
Long meridiaan – Yin

Astma, bronchitis, verkoudheid, griep, allergieën, hooikoorts, depressie, stress, acné, eczeem, hoesten, holte-infecties, zere keel en droge huid



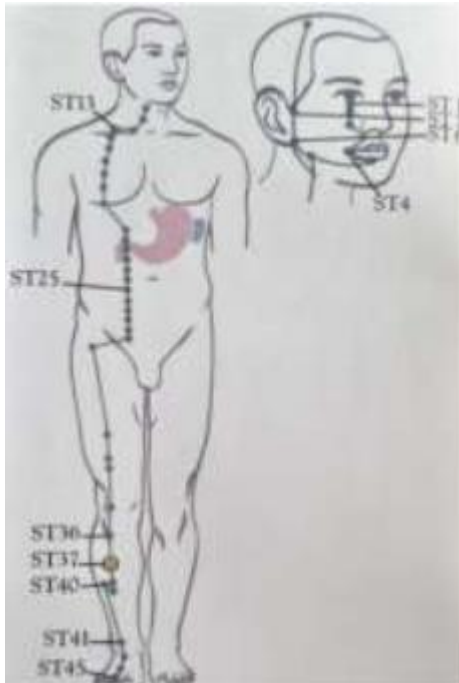
Dikke darm meridiaan – Yang

Koorts, allergieën, hooikoorts, hoofdpijn, niezen, verkoudheid, griep, jeuk, huidproblemen, problemen met immuunsysteem, constipatie, artritis en hoge rugpijn



Maag meridiaan – Yang

Maagzuur, zure reflux, slechte spijsvertering, misselijkheid, blaasontsteking, anorexia, tandpijn, glaucoom, spierspasmen, menstruatiekrampen, diarree en constipatie



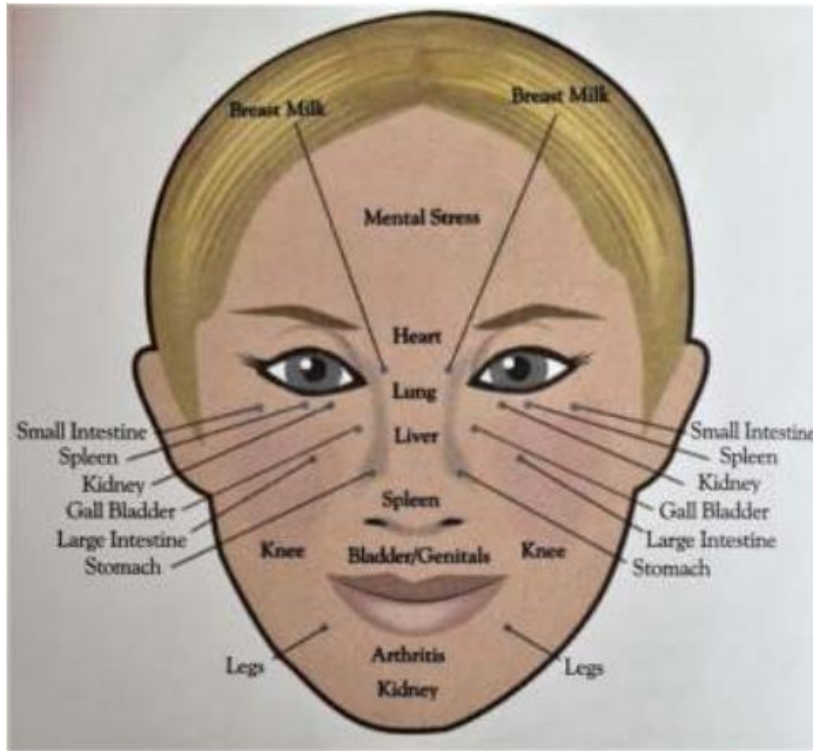
Milt meridiaan – Yang

Slechte spijsvertering, misselijkheid, zure reflux, voedselvergiftiging, bloedarmoede, anorexia, constipatie, diarree en diabetes



Acupunctuurpunten in het gezicht

Gebruik de pen op het gezicht altijd op een lage intensiteit (1-3). Vermijd contact met de ogen en slijmvliezen.



Acupunctuurpunten in de hand

