

ØRE AKUPUNKTUR

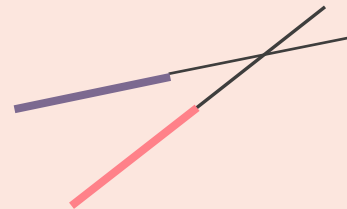


Københavns Akupunkturskole

Underviser:
Mette Lauridsen



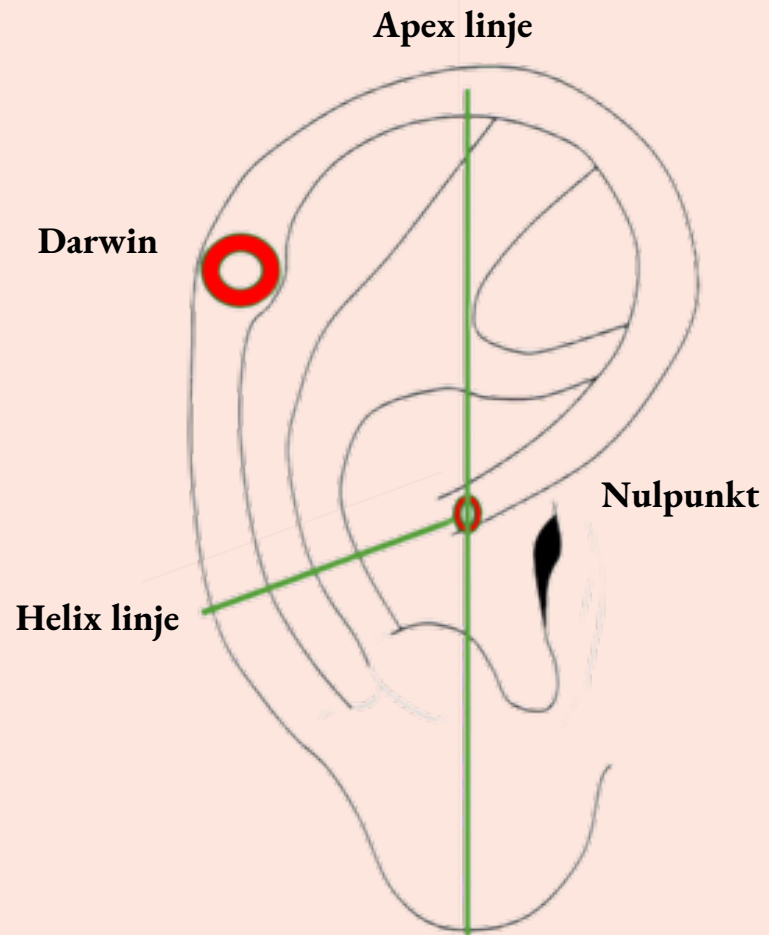
Mette's Clinic, Vejle



Praktisk Information



- Som regel behandler man ikke bilateralt
- Behandl smerter i den side hvor smerter er eller det punkt for smerten som er tryk ømt
- Højre side er somregel fysisk og Venstre side somregel psykisk
- Ikke mere end max 5 nåle pr. øre (perma-nåle må sidde i ca. en uge)
- Bliver øret rødt og hævet skal perma-nålen ud



Helix punkter

Helix punkter fungerer meget som influential punkter og de har en sederende effekt

1: Darwin punkt, influential punkt for de nedre ekstremiteter

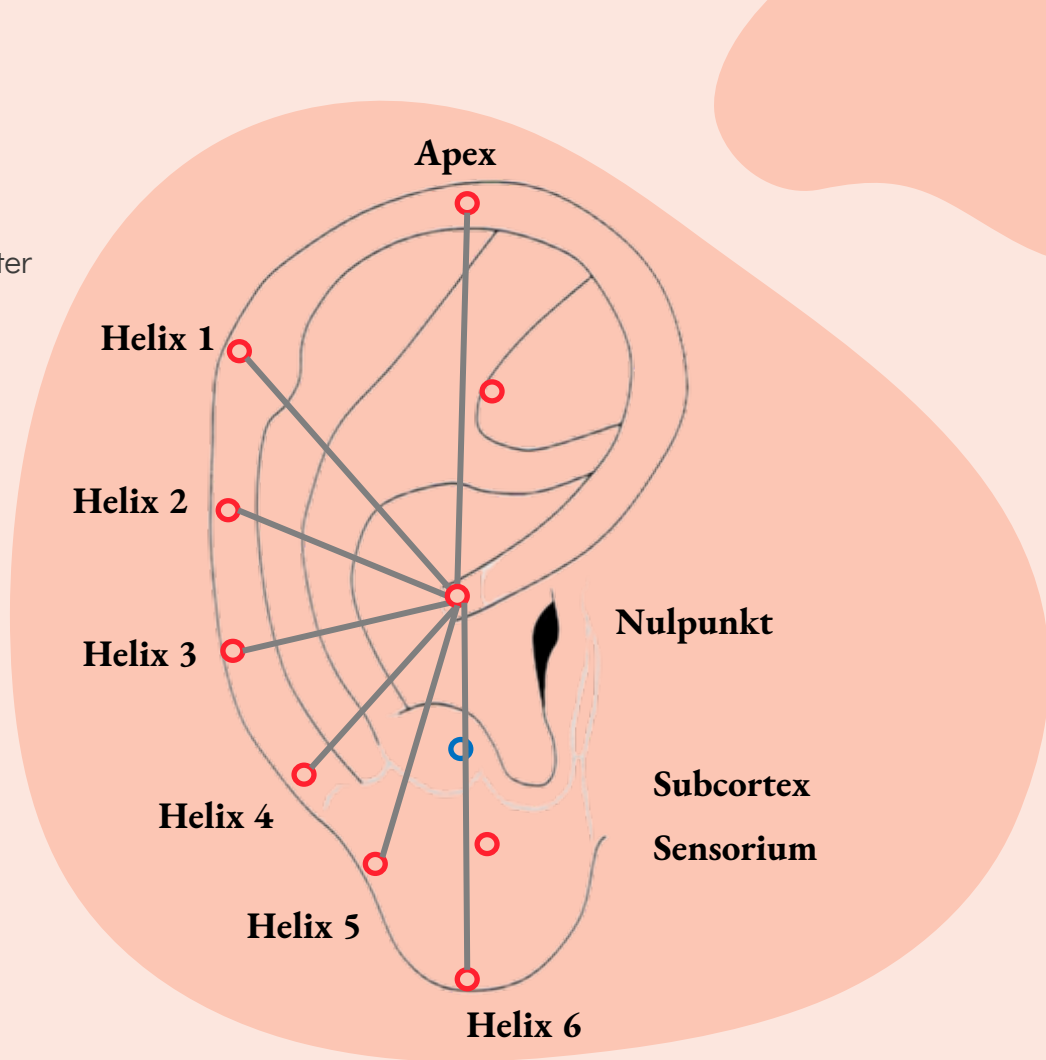
2: Hudzonen

3: Hypnotikum, sedativ og køler varm vind (eks halsbetændelse)

4: Trang, køler varmt shen, skærer jerome

5: Bekymring

6: Psykiske ar



Støtte punkter



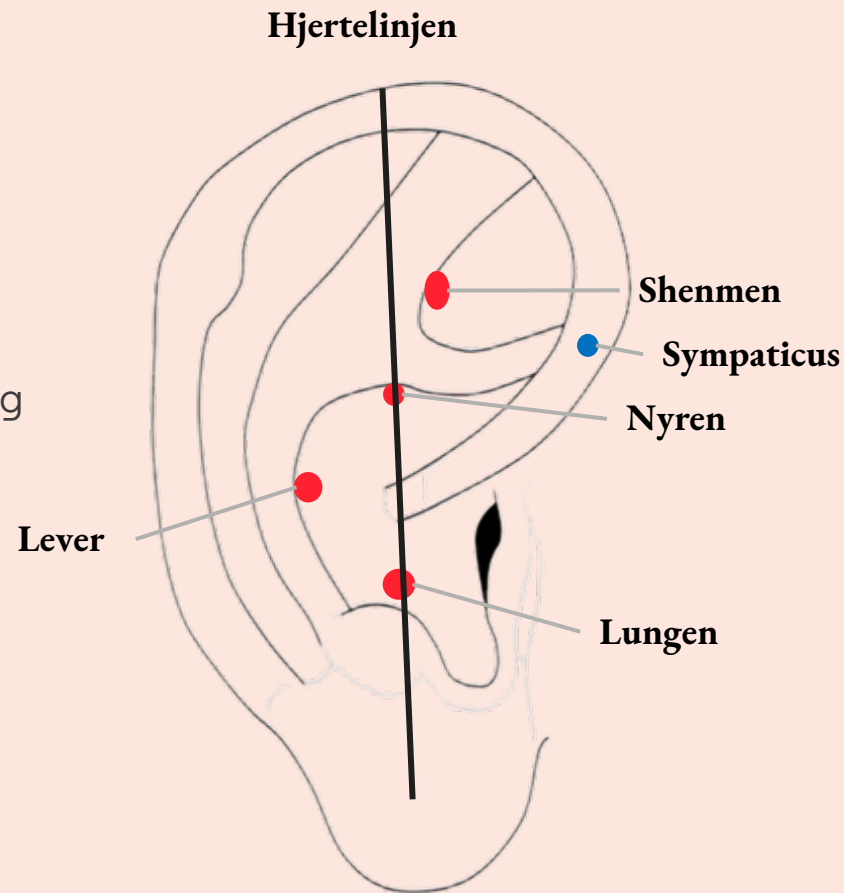
1. Først finder du selve problemet, punktet for problemet
 2. Så kan du søge efter helixpunkter / influential punkter
 3. Dernæst støtte punkter
- Hvad er et støttepunkt: Et punkt som støtter op om det evt problem der er i kroppen/organ, et hjælpepunkt, da et problem i kroppen afspejler andre ubalancer

Øvelse

- Find en partner
- Udarbejd en diagnose
 1. Sæt nåle i problemet
 2. Dernæst **influental** / **helix** punkt
 3. Til sidst i et **støtte** punkt

Berolighedspunkter

- Brug DU20 og de 4 ekstra punkter – evt. også Yintang
- Ved angstproblematikker: Tilføj TYI bilateralt
- Ved tvangstanker og uro: Brug også DU24
- CO4 kan anvendes ved problematikker i hovedet



Afvænning

- Hjælp til forskellige typer afvænning:
 - Sukker/cola
 - Cigaretter
 - Medicin
- Supplerende kropspunkter til detox/udrensning

Motivation er Nøglen

- Øreakupunktur virker bedst, når viljen er til stede
- Terapeuten støtter både fysisk og psykisk
- God konsultation skaber grundlag for succes

Effekt af Nålebehandling

- Dæmper trang
- Skaber indre ro
- Støtter krop og sind

Sult & Sukker afvænning

Kropspunkter ved slankning (Milt-qi-xu):

- BL49 (Yishe – miltens psykiske punkt)
- Hj7
- Mp2

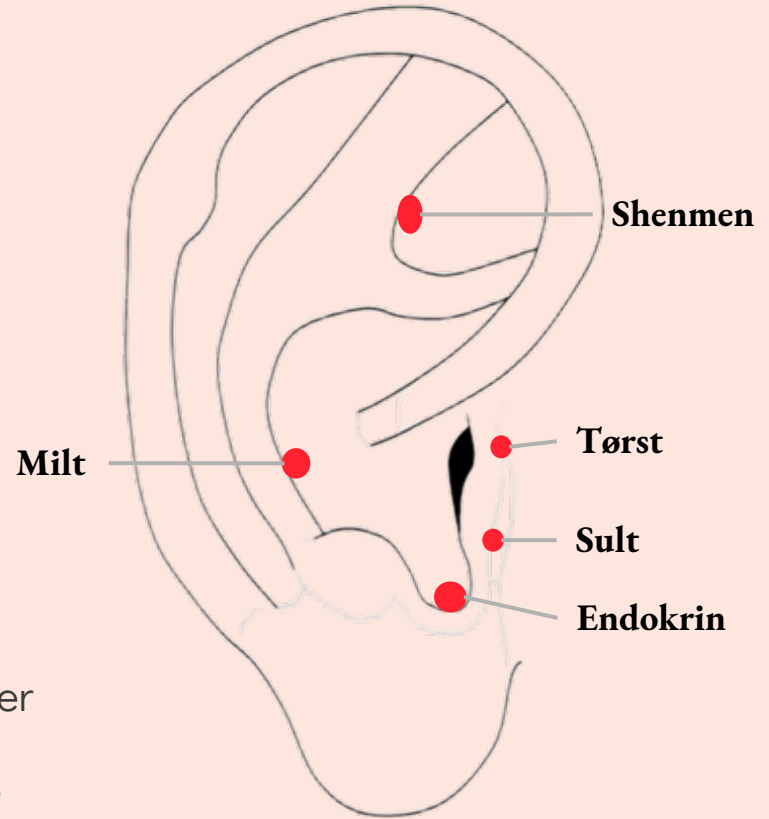
Ny livsstil:

- Daglig let motion (f.eks. gåture, Qi-gong)
- Regelmæssige søvn- og måltidsrutiner

Kostråd:

- Varm, kogt mad: grød, supper, dampede grøntsager
- Hele korn (byg, havre), rodfrugter, bønner
- Undgå kolde drikke og rå salater i store mængder

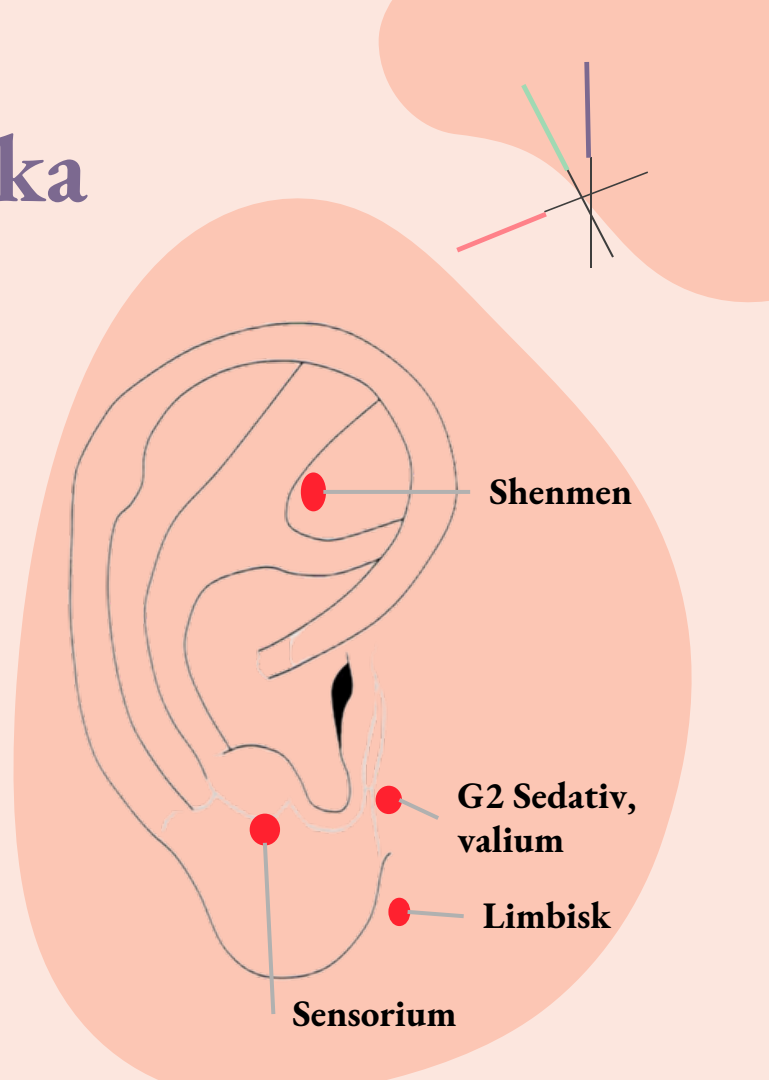
Slanke-punkter





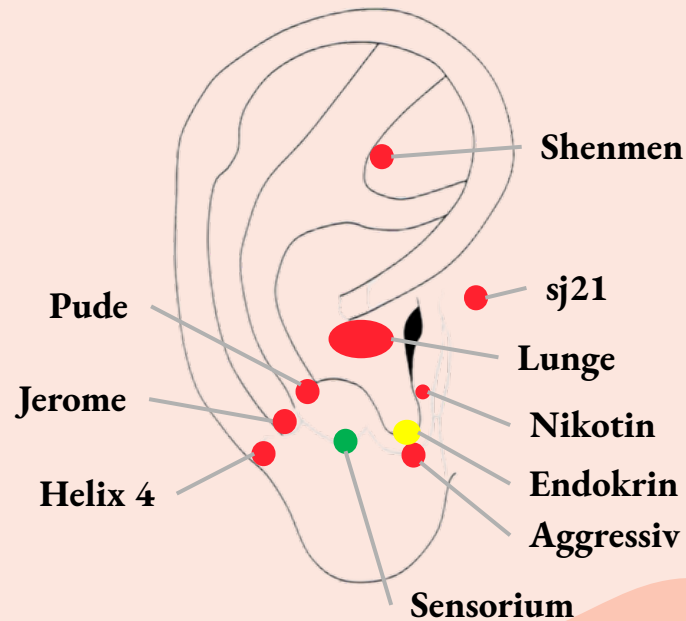
Psykofarmika

- Mange bruger afhængighedsskabende medicin
- Overforbrug kan blive til misbrug
- Samarbejd med lægen, hvis muligt
- Anbefalede punkter: HJ7, PC6, REN15 + relevante organpunkter



Ryge afvænning

- Rygning påvirker hele kroppen via giftstoffer i blodet
- Motivation er afgørende – forstå klientens “hvorfors” og symptomer
- Anbefalede punkter: REN17, REN14, HJ7, DU20, GB36, GB37



TAK FOR IDAG!

Københavns Akupunkturskole

Underviser:
Mette Lauridsen



Mette's Clinic, Vejle