

Appunti da utilizzare solo per lo studio, non riprodurre o pubblicare senza consenso.

RIFLESSOLOGIA

PLANTARE



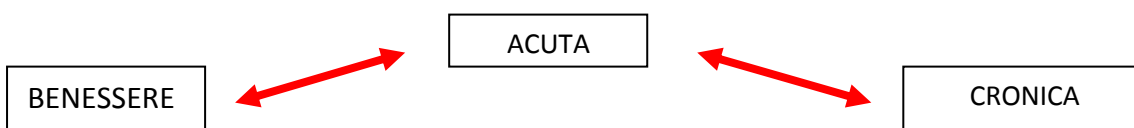
Prima di iniziare un trattamento

- ✓ Operatore mani: pulite, asciutte, unghie ben tagliate corte e senza spigoli
- ✓ La tecnica si sposa con l'intuizione, la sensibilità e anche la fantasia di chi la pratica
- ✓ Una mano lavora, l'altra è sempre di conforto e supporto
- ✓ Fermezza, decisione e dolcezza devono mescolarsi nell'azione terapeutica: il tocco deve essere calmo preciso, dolce sensuale, ma anche carezzevole e rassicurante
- ✓ Stiamo lavorando su un vuoto d'organo o un eccesso di paura.
- ✓ Le sedute dovrebbero durare dal 50/60 m per gli adulti; 30/40m per i bambini
- ✓ L'intervallo minimo deve essere di 2 giorni, si può iniziare con 3 sedute a sett, poi 2 e per proseguire con 1
- ✓ Informarsi sempre sulla storia clinica della persona
- ✓ Se sta assumendo farmaci, non sospendere nulla.

Reazioni al trattamento

- ✓ Abbondante sudorazione alle estremità o in particolari parti del corpo
- ✓ Calore o vampate
- ✓ Sensazione accentuata di freddo
- ✓ Bisogno urgente di urinare
- ✓ Crampi o lievi vibrazioni interne
- ✓ Minzioni più frequenti, con urina abbondante, più colorata, con odore forte
- ✓ Aumento dell'eliminazione intestinale
- ✓ Modificazioni del ciclo mestruale: anticipazioni, perdite più copiose
- ✓ Maggiori secrezioni di muco, denso e colorito
- ✓ Ritmi del sonno potrebbero subire delle variazioni
- ✓ Manifestazioni a livello di epidermide
- ✓ Reazioni febbrili, come conseguenza delle molte tossine in circolo

Dopo la prima o la seconda seduta si può avere un peggioramento dello stato di salute questo dipende dalla fase in cui si trova il cliente:



Legge di Hering, di aggravamento, per risolversi un disagio cronico deve necessariamente passare dalla fase acuta.

Eventuali controindicazioni

- ✓ Grave malattia infettiva
- ✓ Presenza di trombosi
- ✓ Se si necessita di intervento chirurgico
- ✓ Nei primi tre mesi di gravidanza
- ✓ In caso di ferite, vesciche, ecc su piedi e caviglia.

Per entrare in confidenza:

- ॐ Passaggio con tatto su tutto il piede, per conoscerlo, mettersi per primo sul piede che ci chiama
- ॐ Passaggio energetico
- ॐ Pugno delicato su tutta la pianta
- ॐ Rotazioni dito per dito con presa dall'alto pinzatura e rotazione invisibile, premendo in senso antiorario e sollevando verso l'alto in senso orario.
- ॐ Pinzatura
- ॐ Ultimo contatto con entrambe i piedi e poi lascio.

ELEMENTO ACQUA

RENE – INVERNO – NERO (ELEGANTE) – PAURA

SIST. URINARIO – SIST. SCHELETRICO – SIST. NERVOSO
(ANATOMICAMENTE)

Reni:

radici della vita e batterie del corpo, si trattano sempre a fine di ogni seduta per favorire l'eliminazione delle tossine che vengono eliminate.

3 passaggi inscindibili

- 🌀 Visione plantare sx e dx, Sotto il 3° dito nel metatarso
- 🌀 Mi metto a contatto 0 e poi eseguo una pressione, più rotazione volendo, contando da 1 a 60' sec/gr. Arrivando al punto in cui oltre non posso andare, al ritorno ci metto il doppio del tempo, fino a rimanere a contatto 0 per una manciata di secondi, con la sensazione reale che il mio dito sia incollato alla cute
- 🌀 Consapevolezza che sto andando a riempire o un vuoto d'organo, o eliminare un eccesso di paura.

Uretere:

- 🌀 A lombrico in entrambe i sensi, con entrambe i pollici, perché ci può essere renella e così facendo possiamo rimuoverla.
- 🌀 Almeno 5 passaggi al 6 mi fermo sulla

Vescica:

- ☞ Su entrambe i piedi visione laterale interna
- ☞ Pressione audace, più rotazione visibile in entrambe i sensi e vibrazione di Froneberg
- ☞ Se rossa = infiammazione
- ☞ Se gonfia = tratt. Liquidi
- ☞ Se arida = beve poco

LA COLONNA

C1 e C2: corrispondono rispettivamente all'Atlante, movimento del sì, e all'Epistrofeo, movimento del no.

- ☞ Visione plantare dx e sx
- ☞ Infilo il mio Dito medio tra il 1° e 2° dito del piede
- ☞ Uncino e spargo, dal basso verso l'alto, almeno 4-5 volte.

3° - 7° cervicale:

- ☞ Visione laterale interna dx e sx, porto il mio contatto a 0 vado in rotazione laterale e mi trovo sulla 3° cervicale.
- ☞ Parto dall'art falangea dell'alluce
- ☞ Lombrico e spargo contando da 3 a 7

1° - 8° dorsale:

- ☞ Seguo le sporgenze ossee
- ☞ Lombrico e spargo, contando da 1 a 8

9° - 12° dorsale:

🌀 Seguo la curvatura anatomica del corpo

🌀 Lombrico e spargo, conto da 9 a 12

1°- 5° lombare:

🌀 Sotto il malleolo interno

🌀 Lombrico e spargo più conto da 1 a 5

L5 e S1:

🌀 Trovo una fessura verticale

🌀 Inserisco l'unghia che non ho ed eseguo una vibrazione di Froneberg

🌀 Punto importante energetico

Coccige e sacro:

🌀 Continuo sul bordo dell'osso

🌀 Lombrico e spargo

3 passaggi e poi termino con la tecnica thailandese su tutta la colonna/piede

GLI ARTI SUPERIORI

Clavicola- spalla – gomito: 3 passaggi inscindibili

Clavicola:

🌀 Visione dorsale dx e sx, lungo la linea che tocca le teste distali dei metatarsi

🌀 Si stimola a lombrico con entrambe le mani nei 2 sensi usando pollice indice o medio, in modo dolce e sensuale

🌀 Almeno 5 passaggi

Spalla:

- 🔗 Visione plantare dx e sx, sull'art metatarso falangea del 5° dito
- 🔗 Blocco a morsa i primi 4 metatarsi e con l'altra mano eseguo una rotazione lenta e decisa in entrambe i sensi, non perdo il contatto e vado a lavorare con la stessa mano su braccio e omero.

Omero:

- 🔗 Visione laterale esterna dx sx
- 🔗 Lombrico e spargo solo in un senso

Gomito:

- 🔗 Visione laterale esterna del piede dx e sx, epifisi prossimale del 5° metatarso
- 🔗 Pressione + rotazione visibile e vibrazione di Fr.

Avambraccio:

- 🔗 Visione laterale est dx e sx Linea che unisce gomito e mano
- 🔗 Lombrico e spargo verso la mano in 1 solo senso

Polso e Mano:

- 🔗 Visione laterale est dx e sx Nella fossetta del cuboide, mano, e il bordo corrisponde al polso
- 🔗 Tracciare una linea immaginaria che unisce il punto del gomito con il centro del collo del piede, a metà trovi la fossetta.
- 🔗 Pressione, mano, rotazione visibile, polso.

Sterno (dal punto di vista osseo):

- 🔗 Visione dorsale dx e sx tra il 1° e il 2° metatarso
- 🔗 Pollice di taglio, lombrico, contro il 1° metatarso in entrambe i sensi.

GLI ARTI INFERIORI

Anca- femore- ginocchio: 3 passaggi inscindibili

Per trattare questi punti pongo il tallone sulla mano che deve trattare, lavorare

Anca:

- 🔗 Visione laterale esterna sx e dx, canaletto sotto e dietro il malleolo
- 🔗 Disegno una U a lombrico o struscio, scendo e risalgo

Femore:

- 🔗 Visione laterale esterna sx e dx, corrisponde alla diagonale che unisce l'anca al ginocchio
- 🔗 Si tratta a lombrico in entrambe i sensi
- 🔗 Sul punto riflesso testa del femore infilo unghia che non ho e vibrazione di Fr.

Ginocchio:

- 🔗 Visione laterale esterna sx e dx, traccio una diagonale dal malleolo fino alla sporgenza ossea sul tallone
- 🔗 Si tratta con pinza (con attenzione solo sul pollice) + vibrazione di Fr.

Sinfisi pubica:

- 🔗 Visione laterale interna sx e dx, sul malleolo
- 🔗 Pressione e rotazione visibile a pieno pollice nei due sensi
- 🔗 Da trattare in presenza di pubalgie

Punto sciatico superiore:

- 🔗 Unico punto diretto e non riflesso, punto energetico importante
- 🔗 Visione laterale interna sx e dx, si trova misurando la lunghezza della diagonale interna tra malleolo e tallone e la riporto sulla tibia a mo' di compasso
- 🔗 Da trattare più volte durante il trattamento con pressione leggerissima, invisibile rotazione e vibrazione, presa dall'esterno della gamba, l'altra mano di supporto
- 🔗 Utile in caso di disturbi mestruali

Punto sciatico inferiore:

- 🔗 Visione laterale interna dx e sx, tracciando una diagonale dal malleolo interno al tallone, esattamente a metà si trova il punto.
- 🔗 Pressione + vibrazione di Fr.

Parecchie cause possono indurre all'infiammazione del nervo sciatico, tra queste

- 🔗 Infezione ai denti
- 🔗 Stipsi
- 🔗 Spostamento vertebre lombari

ALTRI PUNTI

Processo mastoideo:

- ☞ Visione plantare dx e sx, spigolo interno prossimale della falange distale dell'alluce
- ☞ Tecnica a pinza + vibrazione di Fr.
- ☞ Dolente per chi soffre di bruxismo

Calotta cranica:

- ☞ Visione plantare dx e sx, sommità dell'alluce
- ☞ Lombrico, 2 pollici in entrambe i sensi, in modo dolce e sensuale
- ☞ Da trattare per mal di testa alto

Arcata sopraciliare:

- ☞ Visione plantare dx e sx, sullo spigolo interno della falange distale, in corrispondenza inizio dell'unghia
- ☞ Pressione a pinza + vibrazione Fr
- ☞ Da trattare per emicrania diffusa, bassa e a grappolo

Orecchie da trattare insieme esterno – medio – interno

Esterno e medio:

- ☞ Visione plantare sx e dx, falange del 4° e 5° dito
- ☞ Tratto a U a lombrico e posso anche ad uncino

Interno:

- ☞ Visione dorsale sx e dx, lo trovo in profondità nello spazio tra il 4 e 5 metatarso

🔗 Tecnica lombrico con pollice di taglio in tutte e due i sensi con 1 solo pollice

🔗 Da trattare in caso di otite e acufeni

Seni frontali, paranasali (punto della sinusite):

🔗 Visione plantare sx e dx, sui 2 alluci, poco sotto la calotta, e sulle estremità di tutte le dita dei piedi

🔗 Tecnica dell'uncinetto con gioco di polso, mi fermo per 30' sul pollice, 5' le altre dita, sfilo il medio, lo infilo nell'altro dito e il pollice a seguire, strizzo e ruoto in un senso e nell'altro almeno 3 passaggi.

ELEMENTO TERRA

MILZA – QUINTA STAGIONE – GIALLO - PREOCCUPAZIONE/ANSIA/STRESS
RIFLESSIONE, residenza del pensiero.

SISTEMA LINFATICO – ghiandole endocrine – PRIMA PARTE DELLA
DIGESTIONE.

Milza

deputata alla distruzione dei globuli rossi e delle piastrine, al recupero dell'emoglobina e alla produzione di linfociti; ruolo importante nella difesa. Poiché anatomicamente situata a dx **tutti i punti si inizieranno a trattare dal piede dx.**

- ॐ Solo in visione plantare sx, nello spazio dove il 4° e 5° metatarso si incontrano in visione prossimale.
- ॐ Tecnica: pollice di taglio in zona plantare e indice in zona dorsale, scendo lungo lo spazio metatarsale fino a quando puoi andare
- ॐ Con gioco di polso entro con il pollice di taglio e rimango in compressione da 1 a 60 gr fino a toccare il fondo del punto riflesso.
- ॐ Solo dopo aver toccato il fondo posso risalire, impiegando il doppio del tempo, riempiendo il vuoto della milza, un eccesso di preoccupazione.

IL SISTEMA LINFATICO

Circolazione linfatica superiore

- ॐ Si tratta premendo, con pollice e indice, tutti gli spazi interdigitali a sx e dx, partendo sempre dall'alluce verso il 5° dito e mai al contrario.
- ॐ Pinzo e vibro
- ॐ Serve a drenare tutti i processi infiammatori del capo e della gola, pertanto va trattata in caso:
 - a) Sinusite
 - b) Otite
 - c) Rinite
 - d) Ascessi
 - e) Tonsilliti
 - f) Mal di gola in generale

Circolazione linfatica centrale e paravertebrale

- ॐ Visione laterale interna, si tratta a sx e dx premendo la zona soffice che va da D2 a D8, leggermente al di sotto dei punti riflessi della colonna
- ॐ Tecnica: lombrico in entrambe i sensi con entrambe i pollici, evitando il punto di vescica
- ॐ Drena la linfa che può ristagnare e comprimere la colonna, alleggerisce il mal di schiena.

Circolazione linfatica inferiore

- ॐ Comprende il lato mediale e laterale del calcagno, risalendo ai lati del tendine d'Achille a sx e dx

- ॐ Si tratta con la tecnica contemporanea di pinza e lombrico
- ॐ Ti soffermerai per qualche secondo sulla parte iniziale del percorso, finché diventa morbida, come se dovessi sbloccare una valvola inceppata, per poi completare con una carezza sul polpaccio ed un invito verso la stazione linfatica inguinale
- ॐ Drena la linfa degli arti inferiori ed i possibili ristagni a livello pelvico, stimola la circolazione, alleggerisce sciatalgie, disagi legati a dolori pelvici e mestruali.

Stazione linfatica inguinale

- ॐ Visione dorsale e laterale interna dx e sx, oltre il collo del piede, copre lo scafoide e la parte distale dell'astragalo
- ॐ Tecnica a lombrico usando entrambe le mani, con più dita e in entrambe i sensi, in modo dolce sensuale, avvolgente
- ॐ Abbinata alla tecnica per la circ. linf. Addominale.

Circolazione linfatica addominale

- ॐ Visione dorsale e laterale esterna dx e sx, oltre il collo del piede, copre la parte distale del calcagno
- ॐ Tecnica a lombrico con entrambe le mani con più dita, in entrambe i sensi, in modo dolce sensuale e avvolgente.

Stazione linfatica ascellare

- ॐ Visione plantare sx e dx, sulla testa distale del 5° metatarso
- ॐ Tecnica si spinge il quinto dito verso il paziente, viene fuori la testa distale, pressione, rotazione invisibile e vibrazione di Fr.
- ॐ Drena la circolazione linfatica di collo, torace, mammelle ed arti superiori.

Circolaz. Linfatica interno esterno coscia

- ॐ Rispetto alla tibia le trovi medialmente, anterior. E esternamente
- ॐ Tecnica parti dalla caviglia lombricando solo verso l'alto con l'incavo che si forma tra pollice ed indice, evitando di far pressione con la punta delle dita .

IL SISTEMA ENDOCRINO

Ipofisi

la più importante tra le gh. Endocrine.

Il lobo anteriore produce ormoni che agiscono e controllano la crescita, la tiroide, ovaie e testicoli, la secrezione del latte, attiva la corteccia surrenale, controlla il metabolismo.

Il lobo posteriore secerne ADH che agisce sul sist. Circol., muscoli lisci, l'assorbimento dell'acqua, metabolismo zuccheri.

- ॐ Si trova in visione plantare sx e dx, al centro del dermoglifo dell'alluce
- ॐ Si tratta con uno stiletto con una pressione delicata, è l'unico punto che posso trattare solo **una volta** durante la seduta, il piede sarà in asse con il corpo e lo stiletto sarà parallelo al lettino.
- ॐ Nel bambino uso l'angolo del pollice
- ॐ Detto punto dello stress (si gonfia)

Tiroide

Gh. Importante per una crescita armonica, influisce sul metabolismo, regola il ritmo di consumo dell'ossigeno, interviene nella termoregolazione.

- ॐ Visione plantare dx e sx, al di sotto dell'alluce, sulla testa distale del 1° metatarso.
- ॐ Tecnica pressione e rotazione visibile a pieno pollice con presa dall'alto.
- ॐ Da trattare in casi di cretinismo, mixedema, gozzo e squilibri gh. riproduttrici

Paratiroidi

Producono il paratormone che regola la concentrazione di calcio e fosforo nel sangue e nelle ossa.

- ॐ Visione plantare sx e dx, nello spazio tra il 1° e 2° metatarso
- ॐ Tecnica si aggancia il punto a pinza pressione più vibrazione Fr. Contro la testa del 1° metatarso.
- ॐ Utile nei casi di artrite, osteoporosi, spasmi e contrazioni muscolari.

Pancreas

Tra le sue funzioni c'è la produzione d'insulina ormone che regola l'assorbimento degli zuccheri e senza il quale insorgerebbe il diabete.

- ॐ Il punto riflesso della **testa** del pancreas si trova in visione plantare dx, tra la testa prossimale del primo metat. E il cuneiforme
- ॐ Il punto riflesso del **corpo** si trova in visione plantare sx, sulle teste prossimali del 1° e 2° metat.
- ॐ Il punto riflesso della **coda** si trova in visione plantare sx, sulla testa prossimale del 3° metat.

ॐ Tecnica ti posizioni con l'intero pollice dx sul punto riflesso di coda e corpo, e con l'intero pollice sx sul punto della testa sul piede dx del cliente, alterno la stimolazione con un movimento a bascula, prima sul piede sx poi sul dx.

ॐ Per diabetico da trattare spesso

Surrene

Secerne il cortisolo che ha proprietà anti allergiche e antiinfiammatorie; l'aldosterone che agisce a livello del rene favorendo la ritenzione di sodio e acqua, l'eliminazione del potassio; adrenalina e noradrenalina.

ॐ Si trovano in visione plantare sx e dx, a cappello dei reni in posizione distale, uncinando dal basso verso l'alto.

ॐ Tecnica trovo il punto di rene con la mano sx sul piede sx, posizione pollice mano dx unghia contro unghia, allontano mano sx e uncino verso l'alto.

Gonadi: ovaie e testicoli

ॐ Visione laterale esterna del piede sx e dx, a metà della diagonale che separa i malleoli dall'estremità del tallone.

ॐ Mi posiziono con il tallone sulla mano che lavora, uso il dito medio

ॐ Tecnica pressione, rotazione invisibile e vibrazione Fr.

Timo

ruolo importante nell'immunità e nei processi di rigenerazione cellulare

Legato al sentirsi gratificati, a sx negli affetti, a dx nel lavoro.

ॐ Visione dorsale sx e dx, sopra lo spigolo esterno del primo metatarso in fase distale.

ॐ Tecnica pressione e vibrazione.

PLESSO SOLARE

- ॐ Visione plantare sx e dx, testa distale del 3° metatarso, portando verso l'alto il terzo dito.
- ॐ Tecnica pressione intensa, rotazione invisibile e vibrazione.
- ॐ Definito anche il nostro secondo cervello, punto delicato e spesso dolente.
- ॐ **Eccezionalmente e solo a livello energetico, i punti del plesso si possono trattare contemporaneamente,** in piena crisi di attacco di panico o ansia.
- ॐ Tecnica poni dolcemente entrambe i pollici a contatto con i punti, dopo pochi secondi i tuoi pollici seguiranno un movimento lento e rotatorio, in un senso o nell'altro; accompagna questo movimento finchè non si blocca da solo, a volte facendo a finire rotazioni nel senso contrario, come ad assestarsi.

L'APPARATO DIGERENTE

La bocca/gh. Salivari

Secernono ptialina importante enzima per la digestione

- ॐ Per stimolare contemporaneamente la lingua, bocca e gh. Salivari, agirai ponendo il tuo dito indice o medio tra il 1° e 2° dito, contro l'alluce sx e dx
- ॐ Tecnica a struscio dal punto riflesso delle tonsille fino alla base dell'unghia, in una sola direzione.

Tonsille

- ॐ Visione dorsale sx e dx, tra l'alluce e il 2° dito, premendo verso l'angolo della falange prossimale dell'alluce.
- ॐ Tecnica a pinza, pressione e vibrazione.

Adenoidi

- ॐ Sulla faccia interna del secondo dito, di fronte al punto riflesso delle tonsille.
- ॐ Tecnica a pinza pressione e vibrazione

Faringe

- ॐ Visione dorsale sx e dx, nello spazio tra la falange prossimale dell'alluce e il 2° dito.
- ॐ Tecnica a pinza e vibrazione, schiacciando la parte morbida tra le due dita.
- ॐ Inizierai a sx per poi passare a dx ed **eccezionalmente** tornare a sx per trattare subito il punto dell'esofago.

Esofago

- ॐ Visione plantare solo sx, nello spazio distale tra il 1° e 2° metatarso.
- ॐ Tecnica a lombrico con pollice di taglio, solo verso il basso, al contrario solo se voglio stimolare vomito

Cardias

- ॐ Funziona come una valvola, duole quando per disturbi nervosi, si chiude la bocca dello stomaco.
- ॐ Visione plantare solo sx, uncinando dal basso verso l'alto, nello spazio tra il 1° e 2° metat, dove si toccano le teste distali.
- ॐ Tecnica a pinza, pressione e vibrazione Fr.

Stomaco

- ॐ La prima parte dello stomaco, fondo e corpo, si trova in visione plantare sx, 1° metatarso, zona morbida, duole in caso di eccessiva secrezione acida, che si manifesta con bruciori di stomaco.
- ॐ La parte terminale si trova nel piede dx visione plantare, sempre in corrispondenza del 1° metat, leggermente più in basso rispetto al sx; qui gastriti e ulcere.
- ॐ Tecnica a pressione con entrambe i pollici, o a lombrico (posso inserire anche la vibrazione): ricorda di continuare a trattare il piede sx mentre ti sposti sul dx.

Piloro

- ॐ Si trova in visione plantare dx, sopra la testa del pancreas, se serrato, produce gonfiori di stomaco e difficoltà di svuotamento.
- ॐ Tecnica pressione e rotazione invisibile più vibrazione di Fr.

Duodeno

- ॐ Prima porzione dell'int. Tenue, si trova in visione plantare dx, attorno alla testa del pancreas
- ॐ Tecnica a lombrico solo in un senso.

L'appendice

- ॐ Visione plantare dx, all'inizio del colon
- ॐ Tecnica pressione a basculamento, abbinato al punto riflesso della valvola ileocecale.

Dotto deferente – tube di falloppio

- ॐ Visione dorsale sx e dx, parte superiore piede, dal malleolo esterno all'interno, unendo i punti riflessi di ovaio – testicoli, con utero – prostata
- ॐ Tecnica a lombrico dal mignolo verso l'alluce.

Utero – prostata

- ॐ Visione laterale interna sx e dx, sotto il malleolo interno, sotto la quinta lombare, in un punto morbido.
- ॐ Tecnica a pressione, rotazione invisibile, più vibrazione Fr.

Genitali (p.d.v. endocrino)

- ॐ Visione plantare sx e dx,
- ॐ Tecnica a pressione e vibrazione Fr.

Seno

- ॐ Visione dorsale sx e dx, sul 5°4°3° metat, mi aiuto con il punto riflesso di gomito in posizione prossimale, il capezzolo sul terzo.
- ॐ Tecnica dita incollate alla pelle, con indice medio e anulare, rotazione leggera verso l'esterno
- ॐ **Gh. Mammaria** colpetti leggeri con l'indice a livello del 3° metat, per lattazione, ingorghi e mastiti.

ELEMENTO LEGNO

FEGATO – PRIMAVERA – LA RABBIA, COLLERA, RISENTIMENTO, RANCORE come sentimento, **VERDE**


PREIEDE TUTTO IL SIST. MUSCOLARE


Fegato

Il generale dell'esercito, assicura il libero fluire e la direzione giusta dell'energia; anatomicamente situato a dx, **tutti i punti verranno trattati a partire dal piede dx.**

Esplca molte attività chimiche tra le quali:

- a) Neutralizza le sost. Tossiche
- b) Produce la bile necessaria per la digestione
- c) Immagazz. Vitamine e zuccheri
- d) Sintetizza alcune proteine

 Visione plantare dx, attorno alle teste distali del 4° e 5° metat.

 Tecnica pressione a mo di pompaggio lento con entrambe i pollici o pressione e rotazione a pieno pollice.

Colecisti

Detto anche punto della rabbia, riserva di bile che verrà poi riversata nel duodeno

- ☼ Solo in visione plantare dx, sull'epifisi distale del 4° metat.
- ☼ Tecnica pressione intensa, rotazione invisibile, vibraz. Di Fr

Coledoco

Condotto principale delle vie biliari, sbocca nel duodeno immettendovi la bile

- ☼ Visione plantare dx, tracciando una retta dal punto colecisti fino al duodeno, subito dopo il piloro
- ☼ Tecnica lombrico almeno 5 volte solo verso il duodeno, con la tecnica del tappo
- ☼ Utile per la stipsi

Occhi

- ☼ Visione plantare dx e sx, sulla falange intermedia del 2° e 3° dito
- ☼ Sono punti energetici e si trattano uncinando dal basso verso l'alto o a U, con presa dall'alto
- ☼ La miopia la tratti sul 2 dito
- ☼ La presbiopia e l'astigmatismo sul 3dito

Pene – vagina

- ☼ Visione laterale interna dx e sx, sotto il malleolo, sopra l'area riflessa di utero/prostata, nel gradino dato dall'osso
- ☼ tecnica 2 colpi secchi con il pollice con presa dall'esterno

Muscolo trapezio

- 🌸 Visione plantare dx e sx, a metà della falange prossimale del secondo dito
- 🌸 Tecnica pressione a pinza, rotazione invisibile e vibrazione di Fr.

Muscolo sternocleidomastoideo

Muscolo antagonista del trapezio, vanno trattati sempre insieme

- 🌸 Visione dorsale sul piede dx e sx, situato nello spazio intraosseo, morbido, fra secondo e terzo metatarso.
- 🌸 Tecnica lombrico con pollice di taglio, in entrambe i sensi
- 🌸 In presenza di ansia e attacchi di panico il punto è molto dolente

Muscolatura addominale

- 🌸 Visione dorsale dx e sx, dove sono i tre cuneiformi e il cuboide, ed anche in visione laterale interna ed esterna
- 🌸 Tecnica a lombrico, in entrambe i sensi con più dita di entrambe le mani, tocco dolce avvolgente, ma deciso.

ELEMENTO FUOCO

CUORE – ROSSO - ESTATE – AMORE – GIOIA – PIACERE, DESIDERIO – DOLORE come sentimenti – **GOVERNA IL SANGUE ED I VASI SANGUIGNI.**

Cuore

Organo principale dell'apparato cardiocircolatorio se in salute è presente una normale attività mentale, una vita emozionale e equilibrata, una coscienza chiara una buona memoria e un buon sonno.

Tutti i trattamenti dell'elemento fuoco inizieranno dal piede sx

- 🌀 Visione plantare sx, testa distale 4° metat
- 🌀 Tecnica a pressione in modo dolce e deciso, rotazione invisibile e vibrazione per 60 sec
- 🌀 Segui prima più volte il tuo meridiano di Cuore deviandolo dal mignolo al pollice sx, l'approccio arriva da lontano ed emozionati.

Circolazione sanguigna arteriosa

- 🌀 Dorso del piede sx, sulla parte distale del 5° 4° 3° metat
- 🌀 Si tratta in superficie con movimento dolce ma presente in senso orario,
incollo le dita alla pelle.

Circolazione sanguigna venosa

- 🌀 Dorso del piede dx, parte distale del 5° 4° 3° metat
- 🌀 Si tratta in superficie in senso antiorario, e solo dopo aver trattato quella
arteriosa, incollo le dita alla pelle.

Eccezionalmente dopo averle trattate separatamente, posso trattare le due zone contemporaneamente.

Intestino tenue

- 🌀 Visione plantare sx, dx sull'ampia zona delimitata dal colon, ricordati di tenerti al di sotto del punto di gomito
- 🌀 Si tratta più volte, almeno dieci passaggi da sx a dx e viceversa, a lombrico,
pugno in pressione e rotazione, a pieno pollice o con entrambe i pollici.

ELEMENTO METALLO

POLMONE – AUTUNNO – BIANCO – TRISTEZZA, AFFLIZIONE

CONTROLLA LA PELLE – SIST. RESPIRATORIO – L'ULTIMO TRATTO APP. DIGERENTE

Polmoni

Sono due quindi userò l'approccio energetico per decidere quale polmone tratterò per primo

- ☺ Visione plant. Dx e sx circoscritta alle teste distali del 2° e 3° metat. E parte delle prime falangi
- ☺ Tecnica a pressione e pompaggio ad intermittenza, lombrico e leggera rotazione con entrambe i pollici, per 60 sec

Laringe

Costituisce primo tratto delle vie aeree e si prolunga nella trachea, sede delle corde vocali, funzione fonatoria e respiratoria

- ☺ Visione dorsale dx e sx tra pollice ed indice
- ☺ Tecnica schiaccio con pollice ed indice la parte paperosa tra alluce e secondo dito

Trachea

- ☺ Visione dorsale dx e sx , lungo lo spazio intraosseo tra la prima falange dell'alluce e la prima falange del 2 dito, continuando nello spazio tra 1° e 2° metat.
- ☺ Tecnica a lombrico con pollice di taglio, sulla zona riflessa delle corde vocali mi fermo un attimo in pressione e vibrazione.

Bronchi

- ☺ Visione dorsale dx e sx, all'estremità prossimale dove il 1° e 2° metat. Si incontrano
- ☺ Tecnica a pressione e vibrazione

Diaframma

- ☺ Visione plantare dx e sx, testa distale del 2° metat.
- ☺ Tecnica a pressione intensa, rotazione invisibile e vibrazione.
- ☺ Importante in caso di ernia iatale e problemi respiratori
- ☺ Significato energetico: se la persona "se la prende" nel rapporto con il mondo esterno a dx, negli affetti e nel suo mondo interno a sx.

ULTIMO TRATTO APP. DIGERENTE

Valvola ileocecale

Se serrata, produce gonfiori addominali a palloncino con difficoltà di svuotamento.

- ☺ Visione plantare solo dx, 1 cm sopra il punto dell'appendice
- ☺ Tecnica pressione e bilanciamento a bascula

Colon

- ☺ Visione plantare dx, il trattamento inizia a livello della valvola ileocecale
- ☺ Proseguo verso l'alto seguendo la flessura colica dx, in corrispondenza del punto di gomito dx, si segue la direz orizzontale passando sotto al duodeno
- ☺ Visione plantare sx, sempre orizzontalmente, colon trasverso, si piega verso il basso con la flessura colica sx, in corrispondenza del punto di gomito sx
- ☺ Colon discendente, e continuando nel sigma verso la zona riflessa di vescica
- ☺ Tecnica a lombrico con pollice sx per tratto ascendente e trasverso, pollice dx per tratto discendente e sigma

Retto

- ☺ Lato mediale di entrambe i piedi, passando a fianco del punto di vescica, fino a dietro il malleolo interno e terminando con la zona riflessa dell'ano (da tratt. In presenza di emorroidi)
- ☺ Il tratto del retto e i 2 punti riflessi dell'ano, li tratterai **eccezionalmente in contemporanea**
- ☺ Tecnica ad uncino, agganciandoli verso di te.

Importante trattare questi punti in caso di: colite, costipazione, diverticolosi e diarree.

PRE TECNICA DELLA GRAVITA'

- ♥ Centratura
- ♥ Cliente seduto, piedi non in appoggio, mani sulle cosce
- ♥ Appoggio le mie mani aperte sulle spalle, pollici vicini, ma non si toccano, ad angolo retto
- ♥ Accenno un movimento qualsiasi
- ♥ Seguo i movimenti spontanei del cliente, poi perdo il contatto, per poi seguire solo con gli occhi
- ♥ Quando ritengo opportuno, riprendo il contatto
- ♥ Eseguo 3 torsioni a livello cervicale, 3 torsioni a livello dorsale, 3 a livello lombare
- ♥ Stendo cliente sul lettino pronta per eseguire trattamento

PROTOCOLLO SCIATICA

- ♪ **APERTURE:** RENE – MILZA – FEGATO
- ♪ Punti: colonna, anca femore ginocchio
- ♪ Punti di sciatico superiore – inferiore
- ♪ Surreni
- ♪ Sist. Linfatico tutto
- ♪ Muscoli parete addominale, trapezio, sternocleidomastoideo

PROTOCOLLO PER CERVICALE E DOLORI SPALLE

- ♪ **APERTURA** RENE
- ♪ Punti: cervicale
- ♪ Clavicola – spalla – omero - gomito –avambraccio - polso mano
- ♪ Post tecnica articolazione polso gomito spalla
- ♪ Post tecnica del coltello e testa fuori dal lettino per la cervicale

PROTOCOLLO SINUSITE

- ♪ **APERTURE** RENE – MILZA
- ♪ Punti: calotta, arcata sopraccigliare e seni frontali (punto sinusite)
- ♪ Punti: surrene, circol. Linf. Super, staz. Linf. Ascellare
- ♪ Post tecnica sinusite di cranio

3 volte a sett per 3 settimane