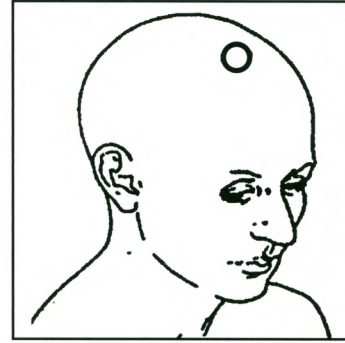


## Neurovaskuläre Punkte

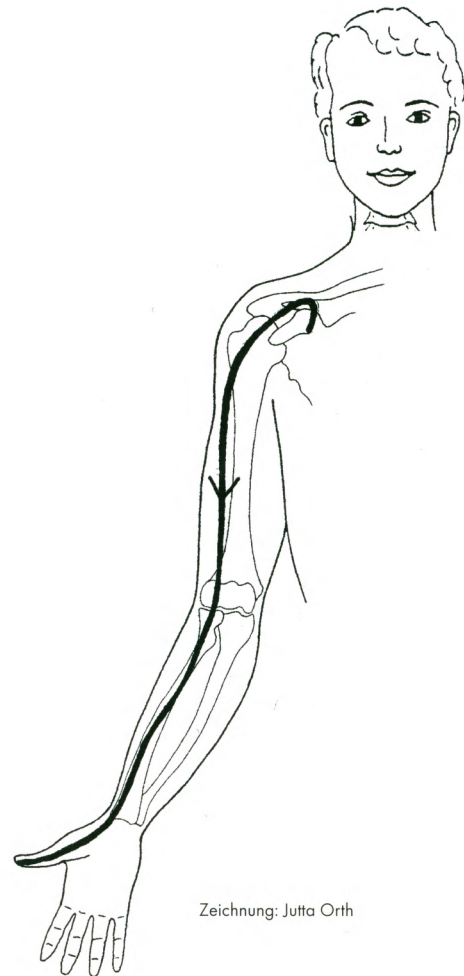
Auf der vorderen Fontanelle, eine Handlänge über der Nasenwurzel



Zeichnung: Three in One

## Lu-Meridian

Beginnt zwei Querfinger unterhalb des Schlüsselbeins neben dem Rabenschnabelfortsatz, verläuft über den vorderen Schulterbereich zur Innenseite des Arms über die Ellenbeuge bis zum äußeren Nagelfalzwinkel des Daumens



Zeichnung: Jutta Orth

## Ernährung

### Vitamin C, Wasser

**Vitamin C in:** grünem Pfeffer, Dorschleberöl, Hagebutten, Stachelbeeren, schwarzen Johannisbeeren, Zitrusfrüchten, Erdbeeren, Paprikaschoten, Petersilie, Sanddorn, Kiwi, Kohl, dunkelgrünem Blattgemüse