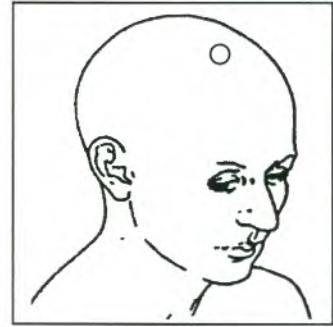


Neurovaskuläre Punkte

Auf der vorderen Fontanelle, eine Handlänge über der Nasenwurzel.



Zeichnung: Three In One

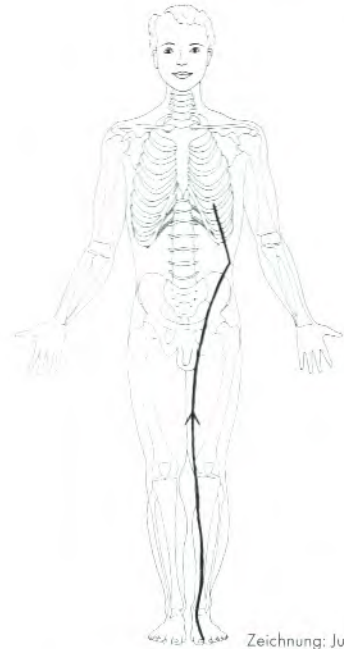
Lebermeridian

Anfangspunkt:

Der zur 2. Zehe weisende Nagelfalzwinkel der Großzehe.

Endpunkt:

Auf der Medioclavicularlinie (Halbierungslinie des Schlüsselbeins) zwischen 6. und 7. Rippe.



Zeichnung: Jutta Orth

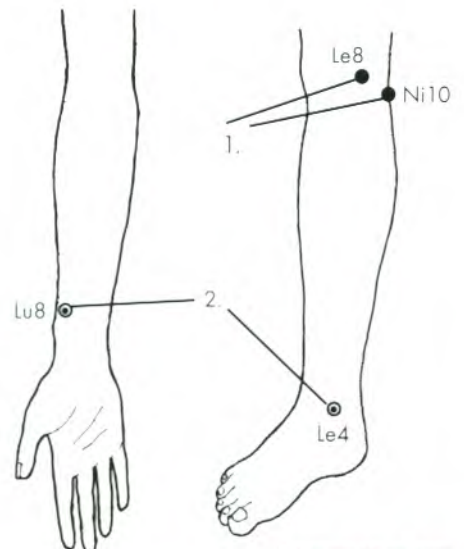
Akupressur-Haltepunkte

Lagebeschreibung siehe S. 62

Ernährung

Vitamin A; Fett,es, Gegrilltes, Frittiertes meiden.

Vitamin A in: getrockneten Aprikosen, Cayennepeffer, Gartenkresse, Gartenkerbel, Grünkohl, Hagebutten, Leber, Karotten, Löwenzahnblättern, Mangold, Petersilie, Schnittlauch, Spinat.



Zeichnung: Helga Petres