
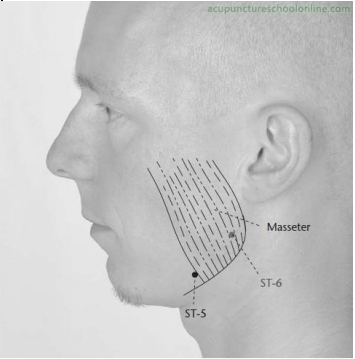
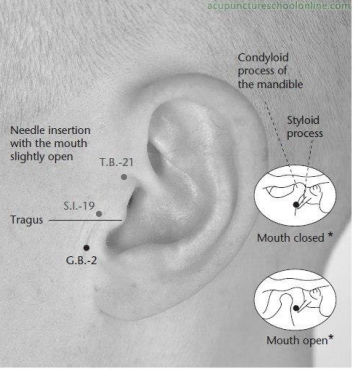
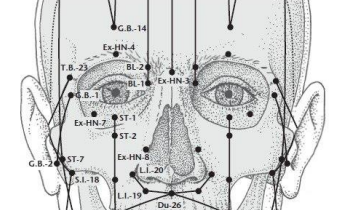


<p>ACUPRESSION – MASSOTHÉRAPIE avec Jude Chiasson</p>	<p>Fiche acupression : LES MAUX DE DENTS à télécharger en PDF : http://conscience.33.free.fr/acupression-maux-de-dents.pdf</p>
	<p>MAUX DE DENTS ET ACUPRESSION – S'IL S'AGIT DE DOULEURS AUX DENTS, VOICI UN POINT ANTIDOULEUR GÉNÉRAL POUR TOUT LE CORPS...</p> <p>... ***ATTENTION*** CE POINT EST PROSCRIT, INTERDIT POUR LES FEMMES ENCEINTES OU EN VOIE DE LE DEVENIR. MERCI D'EN PRENDRE NOTE! Voici le point `` 4 GI `` , point antidouleur en acupression, utilisé en cas de douleurs aux dents</p> <p>LOCALISATION DU POINT `` 4 GI `` :</p> <p>Sur le dos de la main dans le creux de la pince entre le pouce et l'index. Écartez les doigts pour masser. Il se situe plus précisément sur la partie la plus élevée de la petite bosse qui se crée entre le pouce et l'index quand ils sont collés ensemble. Point sensible à la pression.</p> <p>TECHNIQUE : Asseyez-vous confortablement et portez votre attention sur votre respiration qui doit être lente et profonde. Repérez le point, ouvrez la pince et massez de 2 à 5 minutes avec l'autre pouce par pressions circulaires fortes. Si c'est trop sensible ou douloureux appuyez simplement moins fort. À répéter matin et soir et quelques fois dans journée. N'hésitez pas à masser ce point sur les deux mains...</p> <p>AUTRE TECHNIQUE: Vous pouvez également utiliser une autre méthode. Pressez directement et de façon perpendiculaire sur ce point avec votre pouce pendant 10 secondes puis relâchez, puis répétez pendant de deux minutes à 5 minutes.</p> <p>LE RÔLE DE LA RESPIRATION EN MASSANT LES POINTS D'ACUPRESSION : ... La respiration lente, calme et profonde par le nez, et à partir du ventre, amplifie et maximise les effets positifs recherchés...</p> <p>À lire sur Facebook au lien : https://www.facebook.com/photo.php?fbid=359944867450279&set=a.101137909997644.2641.100003043056449&type=1&relevant_count=1</p>
	<p>MAUX DE DENTS ET ACUPRESSION – S'IL S'AGIT DE DOULEURS AUX MOLAIRES INFÉRIEURES...</p> <p>... Les points qui suivront sur ce sujet porteront surtout sur ce qu'une personne peut faire via l'acupression en attendant de se rendre chez son dentiste et/ou une fois rendu en clinique.</p> <p>Voici le point `` 5 E ``</p> <p>LOCALISATION DU POINT `` 5 E `` (indiqué comme ST-5 sur photo) : Juste à l'angle de la mâchoire inférieure, dans une petite dépression</p> <p>TECHNIQUE : Massez par pressions circulaires fortes plusieurs fois par jour pendant deux à trois minutes, du côté de la douleur.</p> <p>LE RÔLE DE LA RESPIRATION EN MASSANT LES POINTS D'ACUPRESSION : ... La respiration lente, calme et profonde par le nez, et à partir du ventre, amplifie et maximise les effets positifs recherchés...</p> <p>À lire sur Facebook au lien : https://www.facebook.com/photo.php?fbid=359947434116689&set=a.101137909997644.2641.100003043056449&type=1&relevant_count=1</p>
 	<p>MAUX DE DENTS ET ACUPRESSION – S'IL S'AGIT DE DOULEURS AUX INCISIVES SUPÉRIEURES</p> <p>Évidemment, quand vous avez mal aux dents il est conseillé de consulter un dentiste dans les plus brefs délais pour un diagnostic et un traitement. Les abcès, les kystes, les fractures dentaires ne peuvent être soignés par l'acupuncture.</p> <p>Il appert qu'en France il existe maintenant un certain nombre de dentistes formés à l'acupuncture et qui sont habilités à pratiquer l'analgésie acupunctureale au cours de certaines opérations dentaires.</p> <p>Les points qui suivront sur ce sujet porteront surtout sur ce qu'une personne peut faire via l'acupression en attendant de se rendre chez son dentiste et/ou une fois rendu en clinique.</p> <p>Voici le point `` 2 VB ``</p> <p>LOCALISATION DU POINT `` 2 VB `` (indiqué comme G.B.-2 sur photo) : En avant de l'oreille, en bas du tragus dans une dépression que l'on palpe lorsque la bouche est ouverte</p> <p>TECHNIQUE : Massez par pressions circulaires fortes plusieurs fois par jour pendant deux à trois minutes, du côté de la douleur.</p> <p>LE RÔLE DE LA RESPIRATION EN MASSANT LES POINTS D'ACUPRESSION:</p> <p>Acupression et respiration fonctionnent main dans la main. Inspirer et expirer dans un état de calme et de détente aura pour effet de débloquer l'énergie emprisonnée et de faire circuler le Qi, soit l'énergie vitale en vous. La respiration lente, calme et profonde par le nez, et à partir du ventre, amplifie et maximise les effets positifs recherchés.</p> <p>À lire sur Facebook au lien : https://www.facebook.com/photo.php?fbid=359949187449847&set=a.101137909997644.2641.100003043056449&type=1&relevant_count=1</p>

