

OBSAH

Úvod	5
Historie, která má vztah k dnešku	6
Co je to akupresura?	9
Kdy akupresuru užívat?	10
Kdy akupresuru neužívat?	10
Jak působit na body	12
Jak vybíráme body	15
Speciální míry	16
Některé zásady tradiční akupunktury	17
Speciální pravidla	22
O sedativních bodech a neklidu	23
Tonizační body	28
Body pramene	32
Body přechodu	34
Přehled LO bodů	36
Body souhlasné	40
Poplachové body	41
Cu-san-li — nejpoužívanější bod	44
Bolesti hlavy	45
Problémy s vlasy	51
Oční potíže	55
Nosní potíže	58
Potíže s ušima	60
Potíže se zuby	64
Bolesti v krku	66
Kašel	70
Potíže před jídlem	73
Potíže po jídle	74
Průjmy	77
Zácpa	79
Kožní potíže	82

Poruchy intimní sféry	85
Bolesti v zádech	88
Kloubní potíže	93
Fotografická příloha	101
Závěr	107
Seznam literatury	108

1. Kajdoš V.: Ohněm a kovem, Panorama, Praha 1987
2. Růžicka R.: Akupunktura v teorii a praxi, Medica, Praha 1985
3. Bachman G.: Die Akupunktur — eine Grundtherapie, Haut, Verlag, Heidelberg 1980
4. Bahr L.: Akupressur, Mosaik Verlag, München 1980
5. Bischo J.: Einführung in die Akupunktur, Haug, Heidelberg 1980