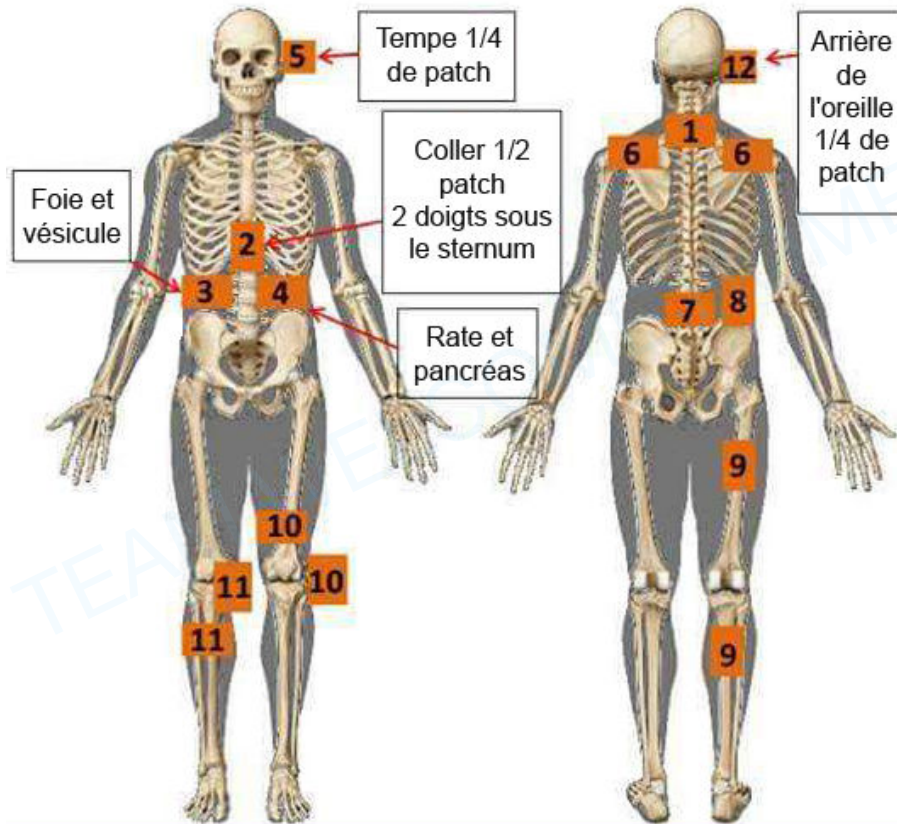


# PLACEMENT DU PATCH



**Bien-être** : 1 - 2

**Acné** : 1 - 2 - 3 - 4

**Dépression / burnout** : 1 - 2 - 3

**Mal de dos / ostéoporse** : 1 - 7 - 2

(Pendant 3 ou 4 jours, changer le patch tous les jours). Si les tensions persistent, positionner 1/2 patch supplémentaire à l'endroit de la tension.

**Sclérose en plaque** : 1 - 7 - 2 - 3 - 4

**Migraine** : 1 - 3 - 5

(1 patch coupé en 2 sur son plus petit côté, 1 moitié coupée en 4 parts égales. 1/4 de patch à positionner sur le visage, côté temporeuse point 5. 1/2 bande sur la nuque point 1 et 1/2 patch sur le point 3

**Acouphènes / vertiges / maladie de Ménière** : 12 - 1

(1/4 de patch derrière les oreilles 12 et 1/2 patch au point 1)

**Fibromyalgie** : 1 - 2 - 3 - 4

**Epaules** : 1 - 6

**Trapèzes** : 1

**Lombago** : 7

**Hanches** : 7

(Si les tensions persistent, ajouter un patch au point 8)

**Sciatique** : 7 - 8 - 9

(Couper 2 patchs en 2 sur son plus petits côté. Utiliser 3 moitiés).

**Toutes les tensions d'articulations** : placer le patchs au dessus de l'articulation

**Douleurs du genou** : Appliquer au-dessus ou au-dessous et côté intérieur ou extérieur selon la tension : 10 - 11

**Tensions importantes** : Appliquer 1 patch au point 1 pour les tensions des membres supérieurs ou au point 7 pour les tensions des membres inférieurs et 1/2 patch au niveau de la tension.

**Pour soulager un ensemble de tensions** : placer un patch au point 1 et 1/2 patch sur chaque tension jusqu'à la fin de tous les ressentis.