

## Reinigende Kopfanwendung

### Anzuwenden bei:

Augenschwellungen, Augenentzündungen, Tinnitus, Kopfschmerzen, Migräne, Alzheimer, Parkinson, MS, Demenz, Herpes, Nasennebenhöhlenentzündung, Ohrenschmerzen usw.

### Hinweis:

Beim der 1. Anwendung bitte nur einseitig behandeln, damit man den Unterschied spürt!!!!

### Zu beachten ist:

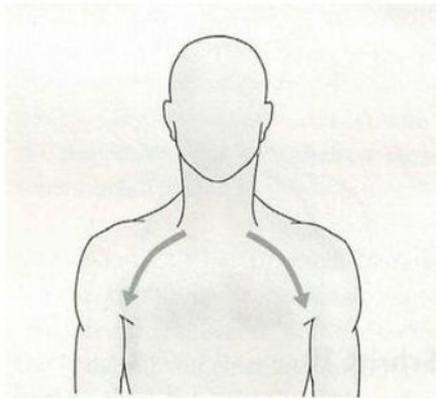
Statt mit den Händen zu massieren und zu klopfen wie es in der Anleitung beschrieben ist, benutzen wir das kleine Gerät mit dem geriffelten Gesichtsaufsatz und arbeiten dadurch noch viel intensiver als nur mit Massagehandgriffen.

Nutzt die Kurzbeschreibung unter dem Bild, um genau zu wissen wo ihr mit dem Gerät entlang fahren müsst. Die eingezeichneten Pfeile dienen zur Orientierung.

### Anleitung:

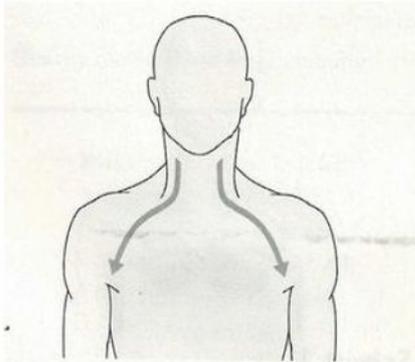
- 1.) 1 bis 2 Gläser stilles Wasser trinken, Lymphe hinter dem Ohr massieren
- 2.) Gesicht reinigen mit Waschblock (Alternativ mit Reinigungsschaum)
- 3.) Mit ph-Toner Gesichtswasser nachreinigen
- 4.) Gesicht und Hals mit Toner einsprühen  
Lymphe mit Gerät Stufe 1 (minus) öffnen – gleich beide Gesichtshälften  
3 x an Kinnkante hin und her fahren und 3 x an Halsschlagader entlang fahren
- 5.) **weiße Ampulle** (minus) auf einer Gesichtshälfte verteilen, mit **Stufe 1** (minus) alle 12 Schritte aus der Anleitung für die reinigenden Kopfmassage ausführen.  
Mit **leichten bis mäßigen Druck** immer **zur Achsel** hin arbeiten.  
Man kann zur Vereinfachung bei dieser Anwendung **alle Minusstufen** verwenden. Minus-Stufen = Programm 1,4 und 5.  
Entweder man führt erst alle Schritte einseitig aus oder bearbeitet gleich beide Gesichtshälften.

# Kopfmassage zur Reinigung der Lymphe



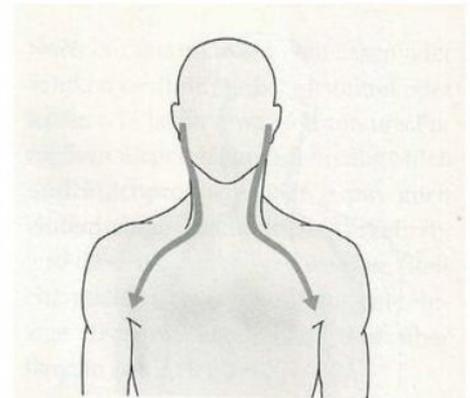
## Schritt 1

Wir beginnen mit einem Klopfen, Drücken und Streichen der Lymphknoten, die sich zwischen Schlüsselbein und Achselhöhle befinden, alles Richtung Achselhöhlen.



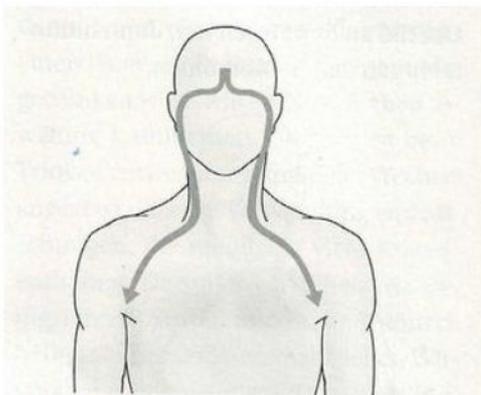
## Schritt 2

Unser zweiter Schritt ist derjenige, daß wir den Hals hinunterstreichen über die Lymphknoten des Dekolletees zur Achselhöhle hin.



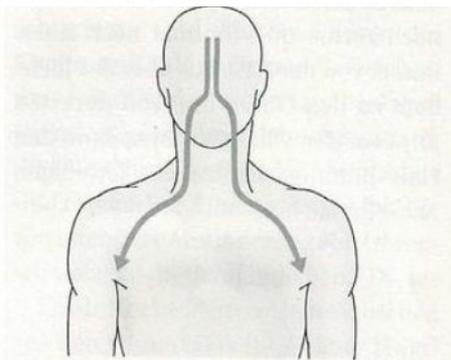
## Schritt 3

Danach geht es vor den Ohren hinab den Hals hinunter zur Achselhöhle hin.



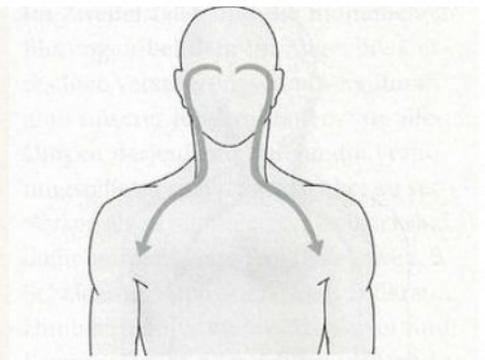
## Schritt 4

Jetzt folgen je fünf bis sieben Streichungen von der Stirnmitte aus nach rechts und links, vor den Ohren hinab, den Hals hinunter, bis zur Achselhöhle hin.



## Schritt 5

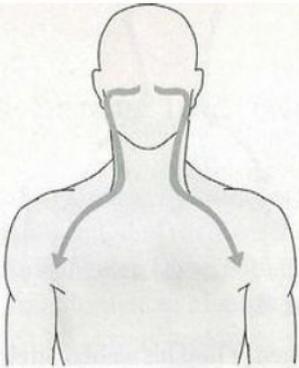
Nun arbeiten wir aus der Mitte der Stirn heraus zuerst rechts, dann links an der Nase hinunter, rechts dann links über das Kinn und dann den Hals hinunter zur jeweiligen Achselhöhle hin.



## Schritt 6

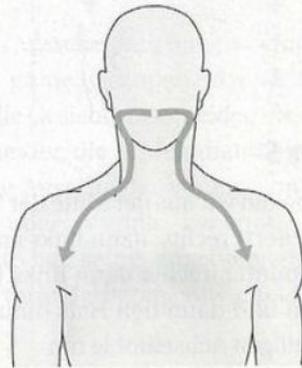
Es folgen fünf bis sieben Streichungen von der Nasenwurzel aus nach rechts und dann nach links über das jeweilige Oberlid zu den Ohren hin, dann hinunter bis zu den Achselhöhlen.

# Kopfmassage zur Reinigung der Lymphe



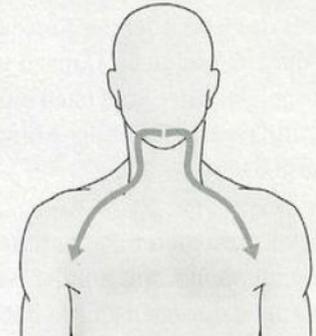
## Schritt 7

Die nächsten Streichungen nehmen wir vom Nasenrücken aus nach rechts und links zu den Ohren hinüber vor. Fünfmal nach rechts und fünfmal nach links, immer von der Nase aus über das Jochbein zu den Ohren hin, von dort den Kopf vor den Ohren abwärts, dann den Hals hinunter bis zu der jeweiligen Achselhöhle hin.



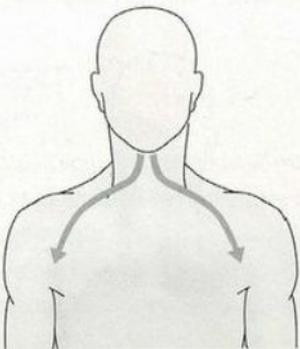
## Schritt 8

Wir beginnen unterhalb der Nase und streichen die Oberlippe fünf- bis siebenmal nach rechts und nach links aus. Danach führt die Streichung weiter bis unter das Ohr, dann von dort den Hals hinunter zur jeweiligen Achselhöhle hin.



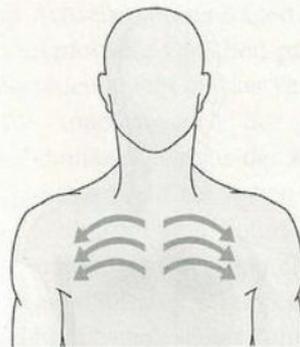
## Schritt 9

Wir führen wieder jeweils fünf- bis sieben Streichungen aus, diesmal von der Kinnmitte unterhalb des Mundes nach rechts zum Hals hinüber, dann bis zur Achselhöhle hinunter, immer fünf- bis siebenmal nach rechts und fünf- bis siebenmal nach links.



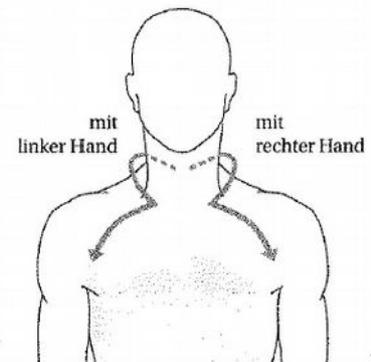
## Schritt 10

Jetzt setzen wir an der Kinnlade rechts an und streichen den Hals hinunter und weiter bis zur Achselhöhle. Dann folgen wieder fünf- bis sieben Streichungen, die an der linken Kinnlade beginnen, den Hals hinunter führen und dann weiter zur linken Achselhöhle hin.



## Schritt 11

Für die Erhaltung oder Erzielung eines schönen Dekolletees streichen und schieben wir immer wieder aus der Mitte des Dekolletees hinaus zu den Achselhöhlen hin. Das geschieht in wenigstens drei Stufen. Wir beginnen am Halsansatz und enden mit der dritten Stufe, immer fünf bis sieben Streichungen nach rechts und dann nach links.



## Schritt 12

Unsere Gesicht, Hals und Dekolletee reinigenden Streichungen enden mit zwei zweiseitigen Übungen. Mit der rechten Hand fahren wir links am Hals vorbei soweit nach hinten, wie wir können. Jetzt drücken wir die Fingerspitzen nach unten und streichen nach vorne bis zum Halsansatz auf das Schlüsselbein. Von dort schieben wir mit dem Ballen des Daumens in die linke Achselhöhle hinein.

- 6.) zweite Gesichtshälfte analog wie Punkt 5
- 7.) Gesicht abwaschen und mit ph-Toner tonisieren – Gerät mit Desinfektion Purifier reinigen
- 8.) blaue Ampulle (einen Streifen über geriffelten Gesichtsaufsatz 2-3 cm) auf eine Gesichtshälfte verteilen & mit Gerät **Stufe 2** (plus) einarbeiten. Wenn nötig mit Toner 2x nachsprühen wenn zu trocken. Druck nach außen oben
- 9.) zweite Gesichtshälfte analog wie Punkt 8
- 10.) Gesicht abwaschen und mit ph-Toner tonisieren
- 11.) Line-Corrector (einen Streifen über geriffelten Gesichtsaufsatz 2-3 cm) und die entsprechende Nuskin Creme (Tages- o. Nachtcreme) auf eine Gesichtshälfte auftragen & mit Toner 2x einsprühen. Mit **Stufe 3** (plus) einarbeiten  
(Alternativ kann auch Priming-Solution als Kontaktspray verwendet werden)
- 12.) zweite Gesichtshälfte analog wie Punkt 11  
Fertig. :- ) Ihr werdet begeistert sein

## Zusammenfassung auf einen Blick

