

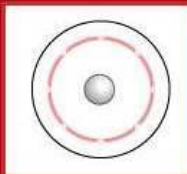
ENERGIPLASTER (Energy Enhancer)

Anbring et sæt energiplastre på kroppen på et af de anviste steder.
Placer altid det hvide plaster på højre side af kroppen, og det brune plaster på venstre side af kroppen.
Påfør plastrerne på ren, tør hud om morgenen.
Plastrerne kan bæres i op til 12 timer. Drik rigeligt vand, mens du bruger dette produkt.



TRIN 1

Først skal du finde det akupressurpunkt, du har ønske om at stimulere.



TRIN 2

Dernæst tages en plasticperle fra posen. Fjern papiret fra lumsiden af plastret. Placer plasticperlen i midten af plastret på den klæbende side.



TRIN 3

Endelig fastgøres perle og plaster til akupressurpunktet. Giv plastret et tryk, så det er forsvarligt fastgjort til huden. Der bør være et mildt pres på akupressurpunktet.

Advarsel: Fjern straks, hvis du føler ubehag eller hudirritation. Brug ikke et plaster igen, hvis det først er fjernet fra huden. Kun til udvortes brug. Må ikke indtages. Brug ikke på sår eller beskadiget hud. Konsulter en læge inden brug, hvis du har spørgsmål eller bekymringer om dit helbred. Må ikke anvendes af gravide eller ammende. Dette hæfte kan på ingen måde erstatte et lægebesøg. Individuelle resultater vil variere.



LUNGE 1

Beliggende ca. 1 cm under kravebenet langs indersiden af skulderen.



HJERTE 6

Beliggende omkring 3 til 4 fingres bredde fra furen i håndfladen på indersiden af håndleddet



MAVE 36

Beliggende i fordybningen 4 fingres bredde under knæskallen og 1 fingres bredde fra knoglen.



NYRE 3

Beliggende ved fordybningen på indersiden af anklen, bag ankelknoglen



TRIPPEL VARMER 5

Beliggende i midten af ryggen af håndleddet, ca. 2 fingres bredde over håndleddets fure.

SMERTEPLASTER – (IceWave)

UR-METODEN

Ur metoden blev udviklet til at give hurtige og effektive resultater for ikke specielt lokaliserede smerter. Flyt gennem trinene nedenfor indtil smerten er blevet væsentligt reduceret og/eller mobilitet er steget.



TRIN 1

Placer et BRUNT plaster direkte på det punkt, hvor du har mest smerte.



TRIN 2

Placer et HVIDT plaster omkring 5 cm. over det BRUNE plaster. Hvis smerten ikke er reduceret efter 10 sekunder, gå da videre til næste trin.



TRIN 3

Flyt HVIDT plaster fra position kl. 12 til position kl. 3. Hvis smerterne ikke reduceres efter 10 sekunder, gå da videre til næste trin.



TRIN 4

Flyt HVIDT plaster fra kl. 3 position til kl. 6 position. Hvis smerterne ikke reduceres efter 10 sekunder, gå da videre til næste trin.



TRIN 5

Flyt HVIDT plaster fra kl. 6 position til kl. 9 position. Hvis smerterne ikke reduceres efter 10 sekunder, gå da videre til næste trin.



TRIN 6

Flyt HVIDT plaster, så det placeres modsat det BRUNE plaster. (Et på forsiden og et på bagsiden), kendt som skudhulsmetoden. Dette kaldes indkapsling af smerten.

SMERTE PLASTER – (IceWave)

Smertelindring for hele kroppen.



TRIN 1

Placer et HVIDT plaster under højre fod og et BRUNT plaster under venstre fod på ”NYRE 1.”
Lad plastrene sidde på denne position.
Tag nu et andet sæt IceWave plastre og følg de næste trin.



TRIN 2

Placer et HVIDT plaster på punktet: ”LUNGE 9 ” på højre håndled, og et BRUNT plaster på det samme punkt på venstre håndled. Hvis smerterne ikke er reduceret efter 10 sekunder, gå da videre til næste trin.



TRIN 3

Placer et HVIDT plaster på punktet ”TRIPPEL VARMER 5” på højre håndled, og et BRUNT plaster på det samme punkt på venstre håndled. Hvis smerterne ikke reduceres efter 10 sekunder, gå da videre til næste trin.



TRIN 4

Placer et HVIDT plaster på punktet ”HJERTE 3” på højre arm , og et BRUNT plaster på det samme punkt på venstre arm. Hvis smerterne ikke reduceres efter 10 sekunder, gå da videre til næste trin.



TRIN 5

Placer et HVIDT plaster på punktet ”TRIPPEL VARMER 15” på højre skulder, midt mellem hals og slutningen af skulderen, og et BRUNT plaster på det samme punkt på venstre skulder.

Erfaringen har vist, at et sæt IceWave plastre placeret under fødderne meget ofte vil lindre smerter i hele kroppen. Vi har også erfaret, at når et yderligere sæt plastre er nødvendige, så vil et af de andre viste akupunkturpunkter være rigtig gode til at lindre smerter.

SMERTEPLASTER – (Icewave)

Placeringer mod smerter ved hovedpine



TRIN 1

Placer et HVIDT plaster på punktet ”TYKTARM 4 ” på højre hånd, og et BRUNT plaster på det samme punkt på venstre hånd. Hvis smerterne ikke reduceres efter 10 sekunder, gå da videre til næste trin.



TRIN 2

Placer et HVIDT plaster på punktet ”TRIPPEL VARMER 5 ” på højre håndled, og et BRUNT plaster på det samme punkt på venstre håndled. Hvis smerterne ikke reduceres efter 10 sekunder, gå da videre til næste trin.



TRIN 3

Placer et HVIDT plaster på punktet ”TRIPPEL VARMER 15” over højre skulderblad, midt mellem nakken og skulder, og et BRUNT plaster på samme punkt på venstre side. Hvis smerten ikke er reduceret efter 10 sekunder, gå da videre til næste trin.



TRIN 4

Placer et HVIDT plaster på punktet ”TYNDTARM 16” på højre side af halsen og et BRUNT plaster på samme punkt på venstre. Hvis smerten ikke er reduceret efter 10 sekunder, gå da videre til næste trin.



TRIN 5

Placer et HVIDT plaster på punktet ”TRIPPEL VARMER 23” i højre tinding og et BRUNT plaster på det samme punkt i venstre tinding. Hvis smerterne ikke reduceres efter 10 sekunder, gå da videre til næste trin.



TRIN 6

Placer et HVIDT plaster på punktet ”GALDEBLÆRE 14” på panden, over højre øjenbryn og et BRUNT plaster på samme punkt over venstre øjenbryn. Hvis smerten ikke er reduceret efter 10 sekunder, gå da videre til næste trin.



TRIN 7

Placer et HVIDT plaster på punktet ”MAVE 7 ” på højre side af ansigtet, i hulningen under kindbenet, og et BRUNT plaster på samme punkt på venstre side.

Flere placeringer til smertelindring

Knæsmærter

TRIN 1

Brug et HVIDT plaster på ydersiden af knæet og et BRUNT plaster på indersiden af knæet. Hvis smerterne ikke reduceres efter 10 sekunder, gå da videre til næste trin.



TRIN 2

Placer et BRUNT plaster på det smertefulde område og et HVIDT plaster over det BRUNE plaster. Hvis smerterne ikke er reduceret efter 10 sekunder, følg da trin 3 til 6 i Ur-Metode afsnittet.



Rygsmærter

Placer et BRUNT plaster på det smertefulde område og et HVIDT plaster modsat det BRUNE plaster. Hvis smerten ikke er lettet efter 10 sekunder, følg da trin 3 til 6 i Ur-Metode afsnittet.

Lændesmerter



TRIN 1

Afgræns smerten ved at placere et HVIDT plaster til HØJRE for det smertefulde område, og et BRUNT plaster til VENSTRE for det smertefulde område. Hvis smerten ikke er reduceret efter 10 sekunder, gå da videre til næste trin.

TRIN 2

Placer et BRUNT plaster på det smertefulde område, og et HVIDT plaster på punktet "LEVER 3", som er placeret oven på foden, i fordybningen ved storetåen.



Advarsel: Fjern straks, hvis du føler ubehag eller hudirritation. Brug ikke et plastret igen, hvis det først er fjernet fra huden. Kun til udvortes brug. Må ikke indtages. Brug ikke på sår eller beskadiget hud. Konsulter en læge inden brug, hvis du har spørgsmål eller bekymringer om dit helbred. Må ikke anvendes af gravide eller ammende. Dette hæfte kan på ingen måde erstatte et lægebesøg. Individuelle resultater vil variere.

SØVNPLASTER – (Silent Night)

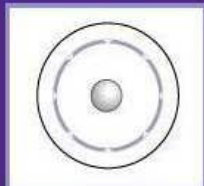
BRUGSANVISNING

Anbring et soveplaster på kroppen på et af de anviste steder. Anvend plastret på en ren og tør hud - om aftenen. Plastret kan bæres i op til 12 timer. Drik rigeligt vand, mens du bruger dette produkt.



TRIN 1

Først skal du finde det akupressur punkt, du har ønske om at stimulere.



TRIN 2

Dernæst tages en plasticperle fra posen. Fjern papiret fra lumsiden af plastret. Placer plasticperlen i midten af plastret på den klæbende side af plastret.



TRIN 3

Endelig fastgøres perle og plaster til akupressurpunktet. Giv plastret et tryk, så det er forsvarligt fastgjort til huden. Der bør være et mildt pres på akupressurpunktet.

ADVARSEL: Fjern straks, hvis du føler ubehag eller hudirritation. Brug ikke et plaster igen, hvis det først er fjernet fra huden. Kun til udvortes brug. Må ikke indtages. Brug ikke på sår eller beskadiget hud. Konsulter en læge inden brug, hvis du har spørgsmål eller bekymringer om dit helbred. Må ikke anvendes af gravide eller ammende. Dette hæfte kan på ingen måde erstatte et lægebesøg. Individuelle resultater vil variere.



LEVER 3

Beliggende på oversiden af HØJRE fod, i fordybningen ved storetåen.



TRIPPEL VARMER 23

Placeret i HØJRE tinding.



TRIPPEL VARMER 17

Placeret på HØJRE side af halsen, bag og under øreflip.



GV 24.5

Beliggende på det "tredje øjes position," langs midterlinjen af hovedet, lige over øjenbrynene.



NYRE 3

Beliggende ved fordybningen på indersiden af HØJRE ankel, lige bag ankelknoglen

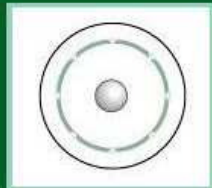
SLANKEPLASTER – (SP6)

SP6 Complete bør bruges 5 dage om ugen, med et nyt plaster hver dag. Forslag til anvendelse for uge 1 er vist i diagrammet. For maksimale resultater i uge 2, skift da mellem punkterne på dit venstre ben, til du finder det punkt, der giver dig bedst kontrol over din appetit. Påfør plastret på ren, tør hud om morgenen. Plastret kan bæres i op til 12 timer før det kasseres. Drik rigeligt vand, mens du bruger dette produkt. Brug ikke mere end ét SP6 plaster ad gangen på kroppen.



TRIN 1

Først skal du finde det akupressurpunkt, du har ønske om at stimulere.



TRIN 2

Dernæst tages en plasticperle fra posen. Fjern papiret fra lumsiden af plastret. Placer plasticperlen i midten af plastret på den klæbende side af plastret.



TRIN 3

Endelig fastgøres perle og plaster til akupressurpunktet. Giv plastret et tryk så det er forsvarligt fastgjort til huden. Der bør være et mildt pres på akupressurpunktet.

Advarsel: Fjern straks, hvis du føler ubehag eller hudirritation. Brug ikke et plaster igen, hvis det først er fjernet fra huden. Kun til udvortes brug. Må ikke indtages. Brug ikke på sår eller beskadiget hud. Konsulter en læge inden brug, hvis du har spørgsmål eller bekymringer om dit helbred. Må ikke anvendes af gravide eller ammende. Dette hæfte kan på ingen måde erstatte et lægebesøg. Individuelle resultater vil variere.



DAG 1 - MILT 6

Beliggende omkring fire fingres bredde over indersiden af ankelknoglen på VENSTRE skinneben. Dette punkt har givet de bedste resultater.



DAG 2 - MAVE 36

Beliggende i punktet 4 fingres bredde under VENSTRE knæskal og 1 fingers bredde ud for knoglen. Dette punkt giver gode resultater.



DAG 3 - NYRE 3

Beliggende ved punktet på indersiden af VENSTRE ankel, bag ankelknoglen.



DAG 4 - MILT 6

(samme som dag 1)



DAG 5 - MAVE 36

(samme som dag 2)

GLUTATHION

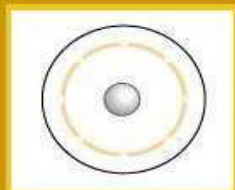
BRUGSANVISNING

Skift mellem disse punkter ved hjælp af et Glutathionplaster i 5 til 7 dage om ugen. Du kan bruge alle viste punkter til alle Y-age produkter, men de foretrukne Glutathionpunkter er vist til højre. Ved kombination af Y-Age produkter, kan hvilke som helst 2 plastre bruges på hvilke som helst 2 af Y-Age punkterne vist i dette hæfte. Der anvendes plastre på enten midterlinjen eller højre side af kroppen. Påfør plastre på ren, tør hud om morgenen. Plastre kan bæres i op til 12 timer før de kasseres. Drik rigelig vand, mens du bruger dette produkt.



TRIN 1

Først skal du finde det akupressurpunkt, du har ønske om at stimulere.



TRIN 2

Dernæst tages en plasticperle fra posen. Fjern papiret fra lumsiden af plastret. Placer plasticperlen i midten af plastret på den klæbende side af plastret.



TRIN 3

Endelig fastgøres perle og plaster til akupressurpunktet. Giv plastret et tryk, så det er forsvarligt fastgjort til huden. Der bør være et mildt pres på akupressurpunktet.

Advarsel: Fjern straks, hvis du føler ubehag eller hudirritation. Brug ikke et plastret igen, hvis det først er fjernet fra huden. Kun til udvortes brug. Må ikke indtages. Brug ikke på sår eller beskadiget hud. Konsulter en læge inden brug, hvis du har spørgsmål eller bekymringer om dit helbred. Må ikke anvendes af gravide eller ammende. Dette hæfte kan på ingen måde erstatte et lægebesøg. Individuelle resultater vil variere.



CV 6

Beliggende ca. 3 fingres bredde under navlen



CV 22

Placeret forneden på halsen i fordybningen i midten af kravebenet.



LEVER 3

Beliggende oven på HØJRE fod i fordybning ved storetåen.



LUNGE 9

Beliggende på HØJRE håndled, når du følger tommelfingeren ned til kanten.



MILT 6

Beliggende omkring fire fingres bredde på indersiden af HØJRE ankel på skinnebenet.

CARNOSIN

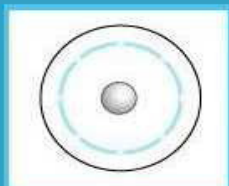
BRUGSANVISNING

Skift mellem disse punkter ved hjælp af et Carnosinplaster i 1 til 3 dage om ugen. Du kan bruge alle viste punkter til alle Y-age produkter, men de foretrukne Carnosinpunkter er vist til højre. Ved kombination af Y-Age produkter, kan hvilke som helst 2 plastre bruges på hvilke som helst 2 af Y-Age punkterne vist i dette hæfte. Der anvendes plastre på enten midterlinjen eller højre side af kroppen. Påfør plastre på ren, tør hud om morgenen. Plastre kan bæres i op til 12 timer før de kasseres. Drik rigelig vand, mens du bruger dette produkt.



TRIN 1

Først skal du finde det akupressurpunkt, du har ønske om at stimulere



TRIN 2

Dernæst tages en plasticperle fra posen. Fjern papiret fra lumsiden af plastret. Placer plasticperlen i midten af plastret på den klæbende side af plastret.



TRIN 3

Endelig fastgøres perle og plaster til akupressurpunktet. Giv plastret et tryk, så det er forsvarligt fastgjort til huden. Der bør være et mildt pres på akupressurpunktet.

Advarsel: Fjern straks, hvis du føler ubehag eller hudirritation. Brug ikke et plaster igen, hvis det først er fjernet fra huden. Kun til udvortes brug. Må ikke indtages. Brug ikke på sår eller beskadiget hud. Konsulter en læge inden brug, hvis du har spørgsmål eller bekymringer om dit helbred. Må ikke anvendes af gravide eller ammende. Dette hæfte kan på ingen måde erstatte et lægebesøg. Individuelle resultater vil variere.



CV 17

Beliggende på brystbenet, som er direkte på midten af brystkassen.



CV 14

Placeret i bunden af nakken, hvor C7 ryghvirvel stikker ud, hvis du trykker hagen mod brystet.



TYKTARM 4

Placeret på håndryggen af HØJRE hånd på toppen af musklen til pegefingern.



GV 2

Placeret nederst på rygsøjlen, lige over halebenet



HJERTE 7

Placeret på HØJRE håndled, omkring en fingers bredde fra midten mod lillefingern.

AEON – STRESSPLASTER

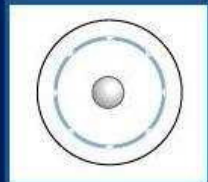
BRUGSANVISNING

Skift mellem disse punkter ved hjælp af et AEON plaster i 5 til 7 dage om ugen. Du kan bruge alle viste punkter til alle Y-age produkter, men de foretrukne AEONpunkter er vist til højre. Ved kombination af Y-Age produkter, kan hvilke som helst 2 plastre bruges på hvilke som helst 2 af Y-Age punkterne vist i dette hæfte. Der anvendes plastre på enten midterlinjen eller højre side af kroppen. Påfør plastre på ren, tør hud om morgenen. Plastre kan bæres i op til 12 timer før de kasseres. Drik rigelig vand, mens du bruger dette produkt.



TRIN 1

Først skal du finde det akupressurpunkt, du har ønske om at stimulere



TRIN 2

Dernæst tages en plasticperle fra posen. Fjern papiret fra lumsiden af plastret. Placer plasticperlen i midten af plastret på den klæbende side af plastret.



TRIN 3

Endelig fastgøres perle og plaster til akupressurpunktet. Giv plastret et tryk, så det er forsvarligt fastgjort til huden. Der bør være et mildt pres på akupressurpunktet.

Advarsel: : Fjern straks, hvis du føler ubehag eller hudirritation. Brug ikke et plaster igen, hvis det først er fjernet fra huden. Kun til udvortes brug. Må ikke indtages. Brug ikke på sår eller beskadiget hud. Konsulter en læge inden brug, hvis du har spørgsmål eller bekymringer om dit helbred. Må ikke anvendes af gravide eller ammende. Dette hæfte kan på ingen måde erstatte et lægebesøg. Individuelle resultater vil variere.



CV 6

Beliggende ca. 3 fingres bredde under navlen



GV 14

Placeret i nakken, hvor C7 ryghvirvlen stikker ud, hvis du trykker hagen mod brystet



NYRE 3

Beliggende i en fordybning bag knoglen på indersiden af HØJRE ankel



TYKTARM 4

Placeret på håndryggen af HØJRE hånd på toppen af musklen til pegefingern.



LEVER 3

Beliggende oven på HØJRE fod i fordybningen ved storetåen