

能量活絡儀

穴位手法手冊

建議用於以下身體部位：

1. 頸部淋巴區

可提升淋巴系統排毒效率，改善面部浮腫，
持之以恆可讓面色明亮紅潤

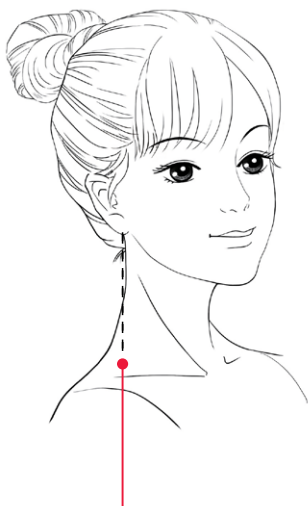


左右頸部淋巴區

左右鎖骨上方一指寬高處

2. 頸部大動脈位

促進腦供血循環，令人頭腦清明、神清氣爽，
讓眼睛明亮、視野清晰

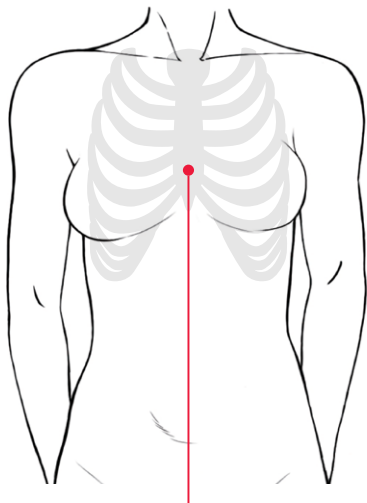


頸部大動脈位

順左右耳珠直下肩頸位

3. 膻中穴

可強化呼吸系統，讓呼吸更舒暢；改善咳嗽及哮喘亦有功效

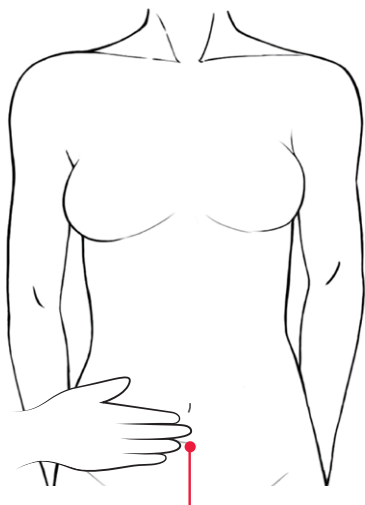


膻中穴

又名中丹田，前正中線上，
兩乳頭連線的中點

4. 丹田

可激活胃腸道動力，維持消化系統健康；
長期使用可固本培元改善體虛

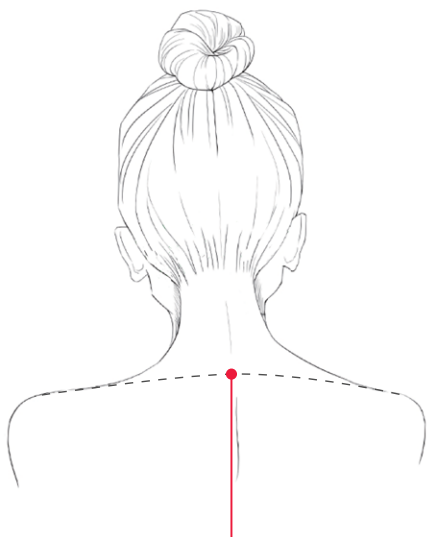


丹田穴

前正中線肚臍下三指寬

5. 大椎穴

可治療和預防感冒、改善咳嗽及哮喘；放鬆肩頸肌肉，提升睡眠質素

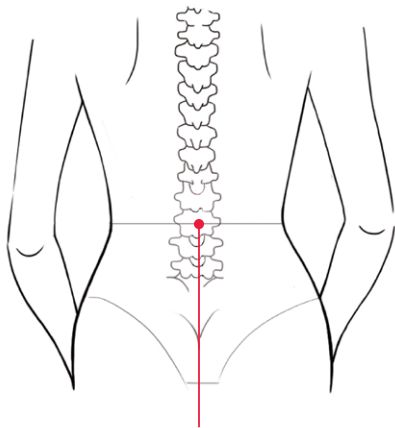


大椎穴

正坐低頭，手按頸項部骨突最高點處下緣即是，位置與雙肩齊高

6. 命門穴

可紓緩久坐肌肉緊張，改善腰肌勞損、恢復下肢活力、提高免疫力



命門穴
肚臍正後方

身體與自然能量結合

每天使用時間越長，對身體修復力越好。循序漸進的調理過程，助你達至長久功效，保持健康狀態。