



# *Akupressur*

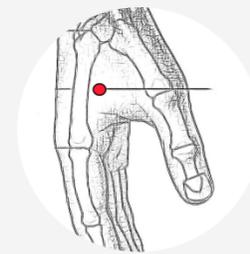
---

Phase vor dem Embryotransfer

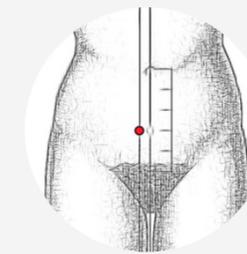
# Akupressur

---

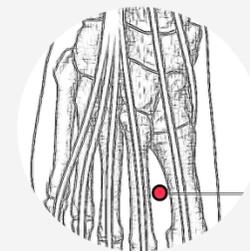
## PHASE VOR DEM TRANSFER



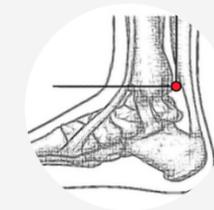
Dickdarm 4.



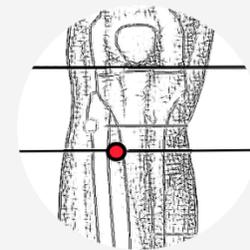
Niere 13.



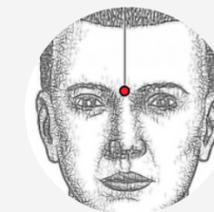
Leber 3.



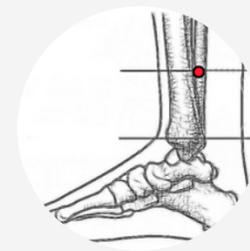
Niere 3.



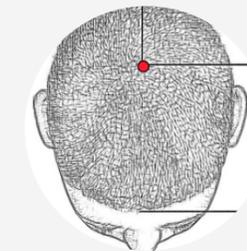
Magen 36



Yintang.



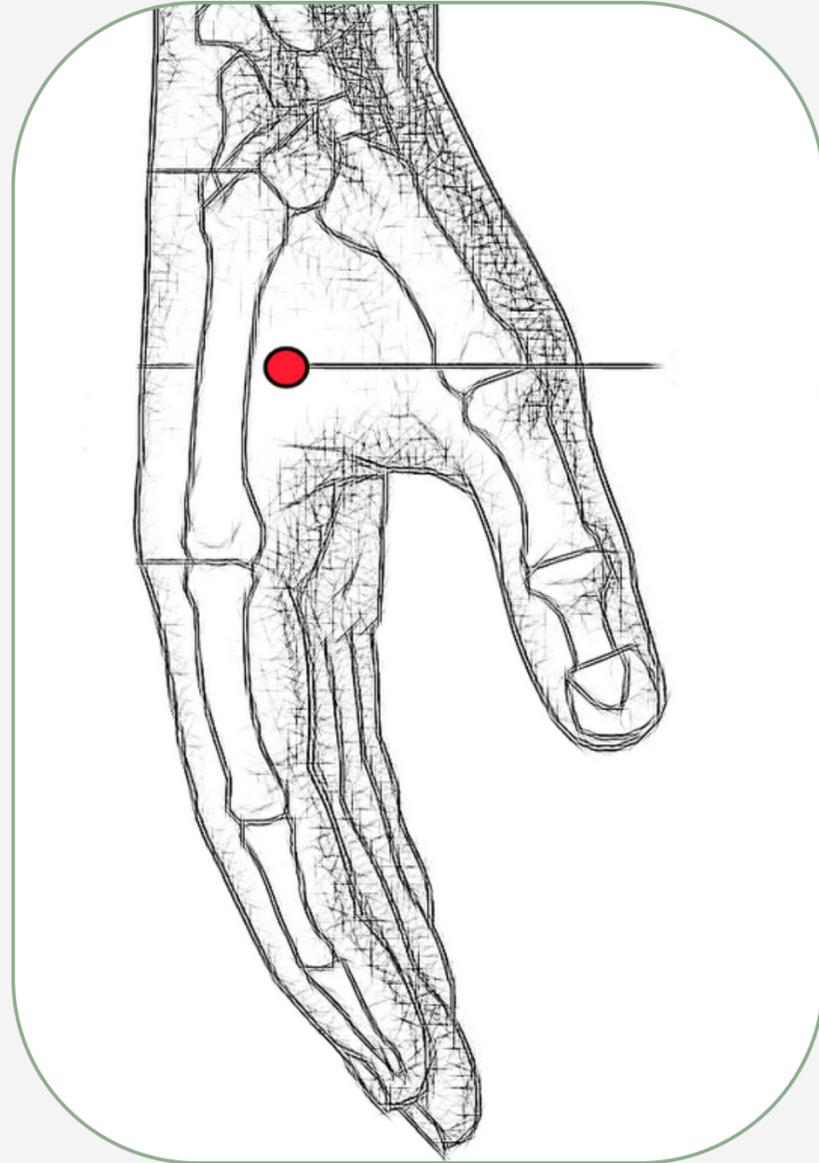
Milz 6



Du Mai 20

# Dickdarm 4

---



[Video](#)

## Lokalisation:

Auf der äußeren Seite der Hand, zwischen dem 1. und 2. Mittelhandknochens, in der Mitte des 2. Mittelhandknochens und nahe der radialen Kante.

## Wirkung:

- Reguliert Schwitzen (zu wenig oder zu viel)
- Reguliert das Gesicht, Augen, Nase, Mund und Ohren (Schnupfen, trockener Mund, Augen, Nase, Ohrenschmerzen)
- Lindert Schmerzen (besonders Kopfschmerzen)
- Zusammen mit Leber 3 bewegt er das Qi im ganzen Körper. Also gut bei Qi-Stagnation jeglicher Art.

# Leber 3

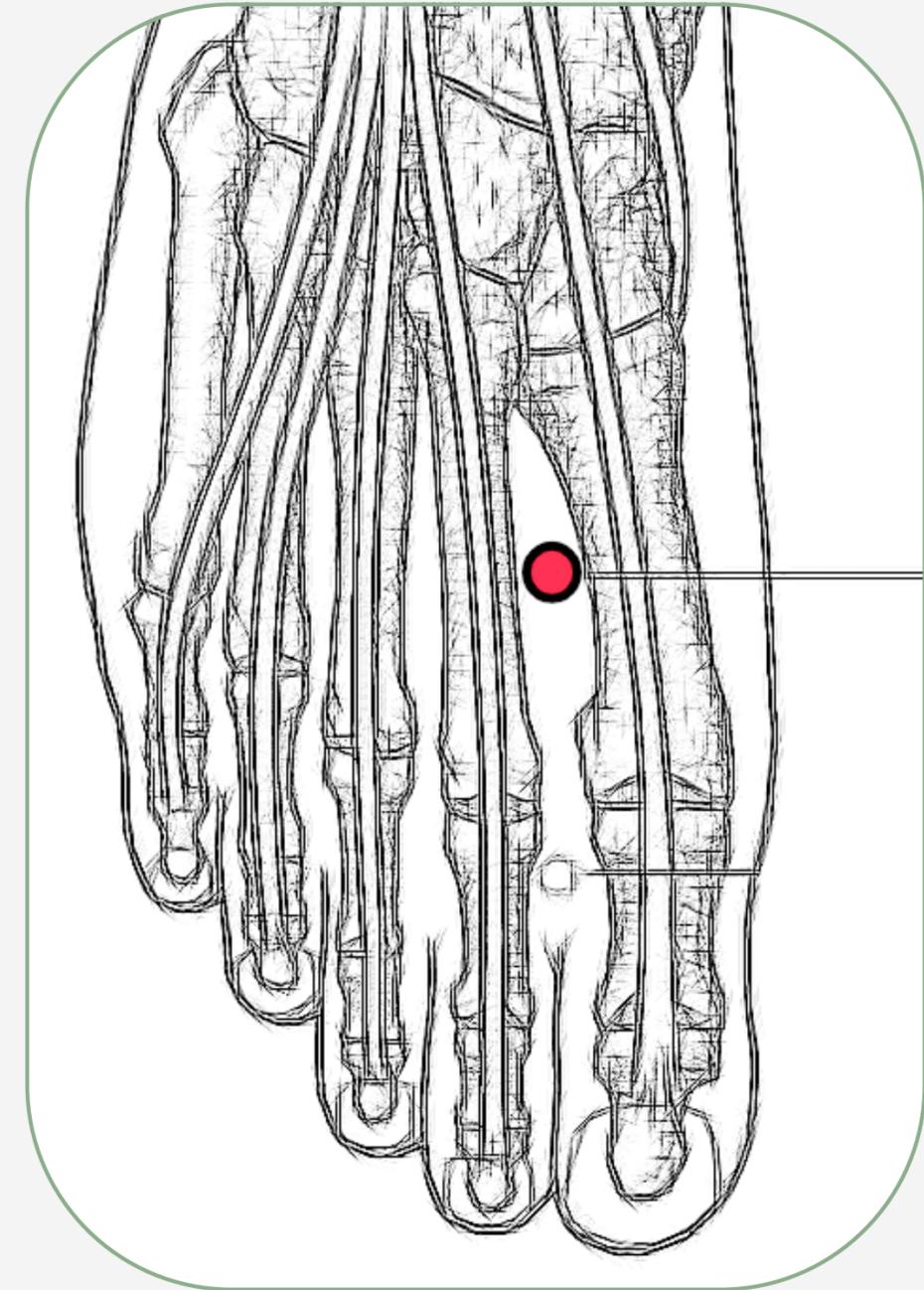
---

## Lokalisation:

Du fährst auf dem Fußrücken mit dem Finger in den Zwischenraum zwischen 1. und 2. Mittelfußknochen in Richtung Knöchel, bis du in eine betonte Vertiefung, kurz vor der Gabelung besagter Knochen fällst. Dieser Punkt ist oft sehr schmerzhaft.

## Wirkung:

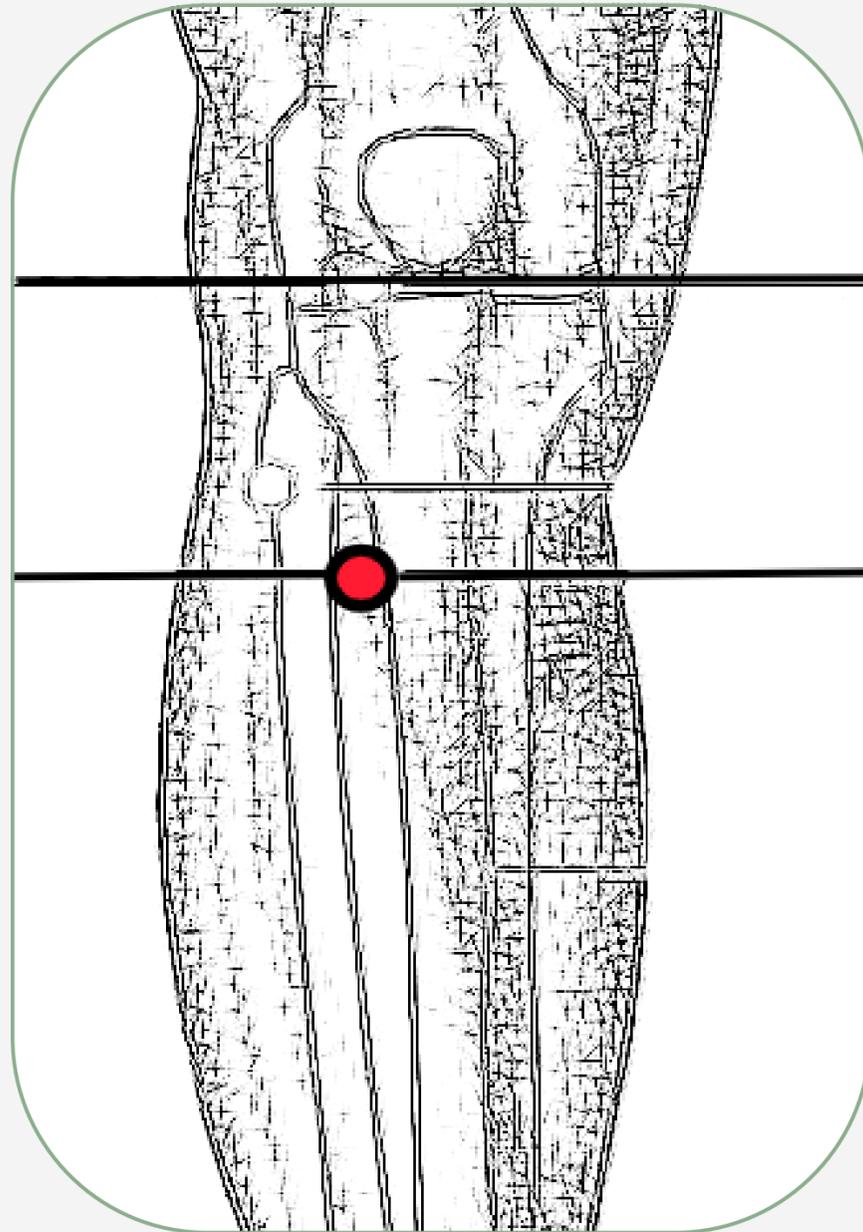
- Verteilt das Leber-Qi (Macht gute Laune)
- Unterdrückt Leber-Yang (Kopfschmerzen)
- Nährt das Leber-Blut und Leber-Yin (Schwindel und trockene Augen)
- Klärt den Kopf und die Augen (Kopfschmerzen)
- Reguliert die Menstruation
- Reguliert den unteren Bauch (Schmerzen während der Menstruation)



[Video](#)

# Magen 36

---



[Video](#)

## Lokalisation:

Dieser Punkt befindet sich 3 fingerbreit unterhalb der Kniescheibe, eine Fingerbreite lateral der vorderen Tibiakante.

## Wirkung:

- Stärkt die Milz und löst Feuchtigkeit auf (Viel Grübeln, Gedankenkarussell, Durchfall)
- Hebt das Qi (Gibt Energie)
- Tonisiert Qi und nährt Blut und Yin (Fördert die Durchblutung)
- Beruhigt den Geist
- Aktiviert die Leitbahn
- Lindert Schmerzen (Besonders im Knie und gesamten Bein)

# Milz 6

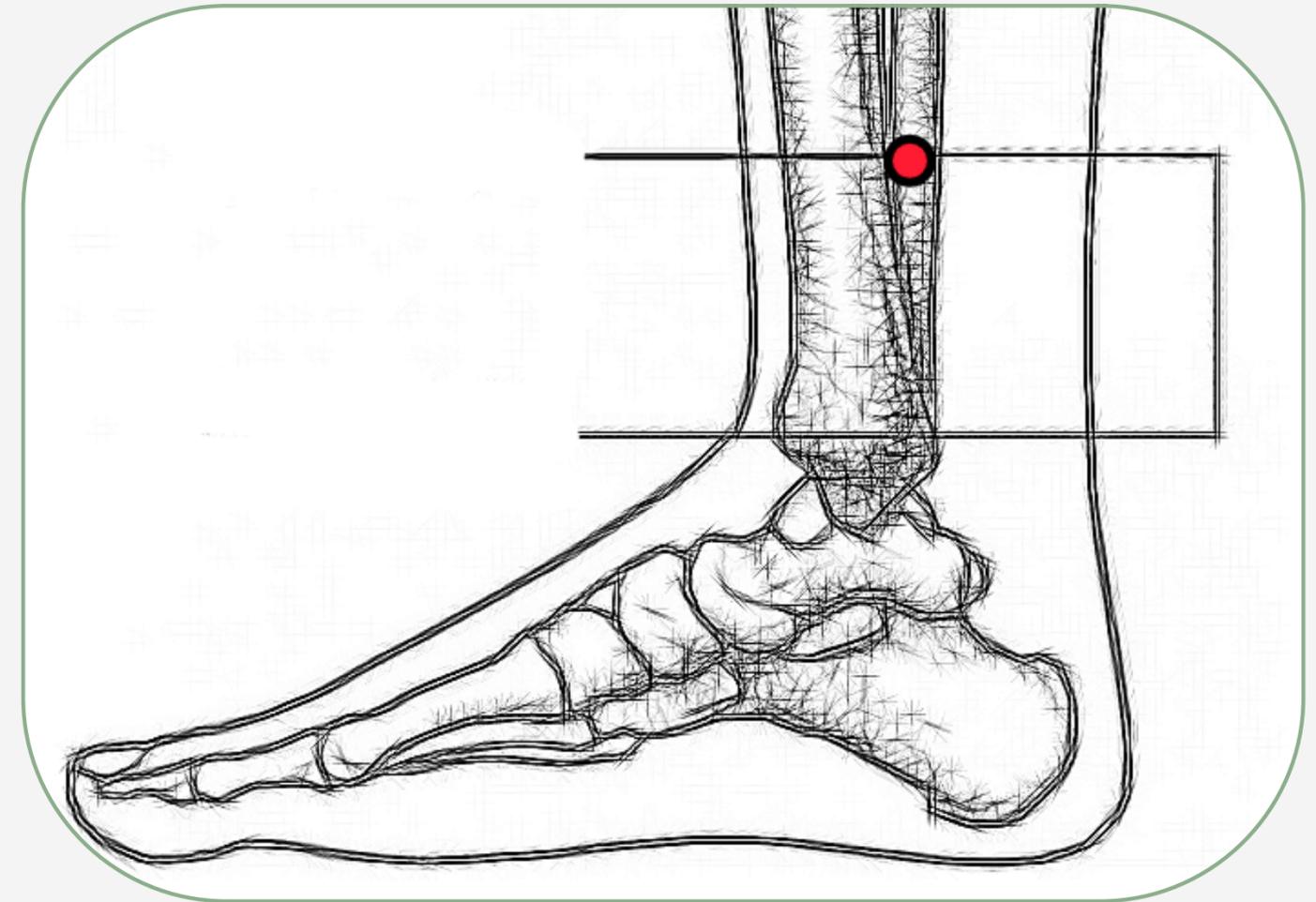
---

## Lokalisation:

Dieser Punkt kann am leichtesten eine Handbreit oberhalb des höchsten Punktes des Fußknöchels, auf der Innenseite des Beins, lokalisiert werden.

## Wirkung:

- Stärkt die Milz und den Magen (Blähungen, Übelkeit, Erbrechen, Durchfall, Verstopfung, Schweregefühl in den Gliedern)
- Hebt das Qi (Gibt Energie)
- Beseitigt Feuchtigkeit (Ödeme)
- Harmonisiert die Leber und tonisiert die Nieren
- Reguliert die Menstruation (Unfruchtbarkeit, unregelmäßige Menstruation, Schmerzen während der Menstruation)
- Reguliert das Wasserlassen und unterstützt die Genitalien (Unfruchtbarkeit, Blasenentzündungen)



[Video](#)

# *Niere 13*

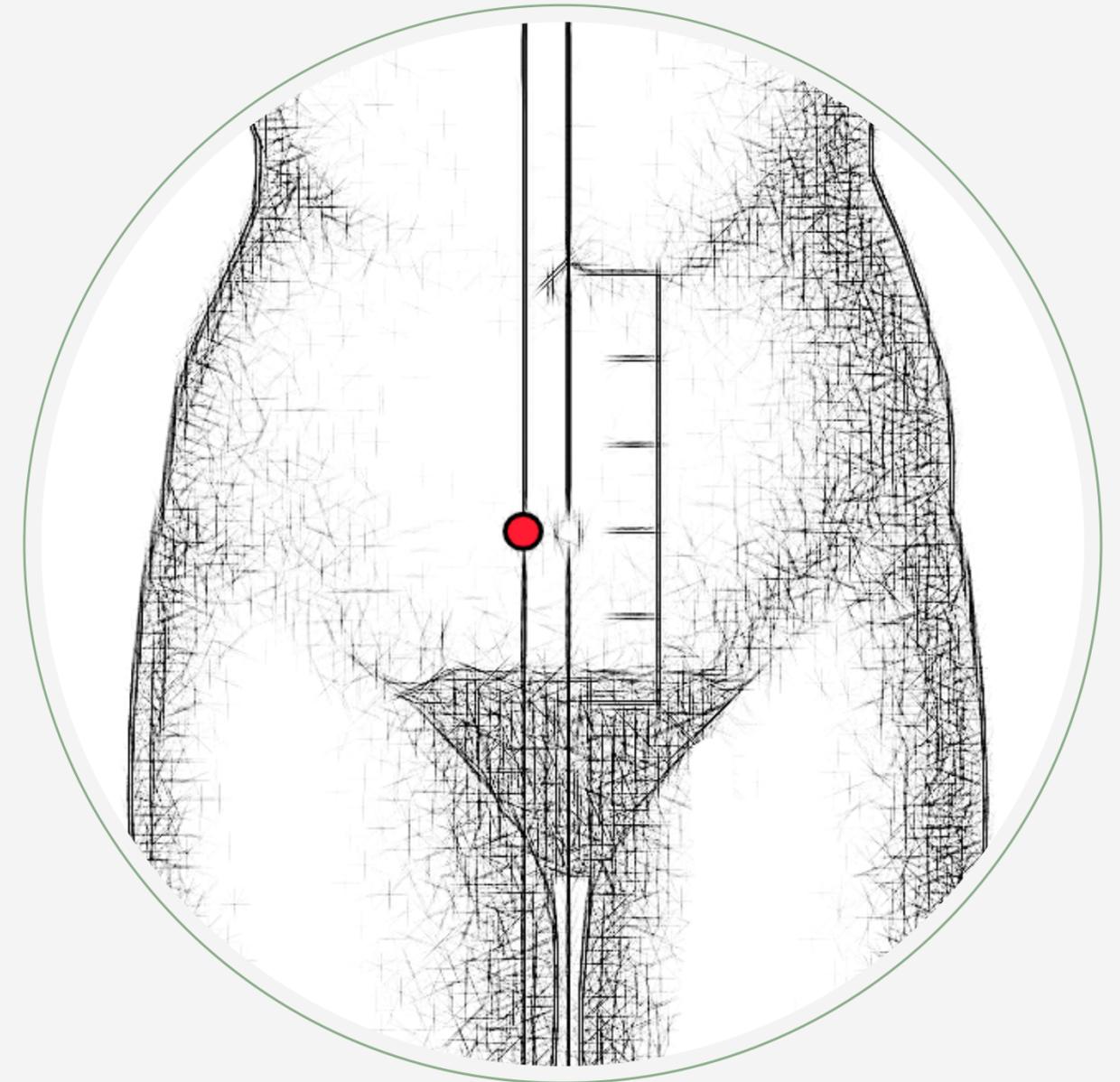
---

## Lokalisation:

Auf dem Unterbauch 4 fingerbreit unterhalb des Nabels und 0,5 Daumenbreite lateral der Mittellinie.

## Wirkung:

- Reguliert die Menstruation und den unteren Bauch (Amenorrhoe, Uterusblutungen, unregelmäßige Menstruation, Unfruchtbarkeit)



[Video](#)

# Niere 3

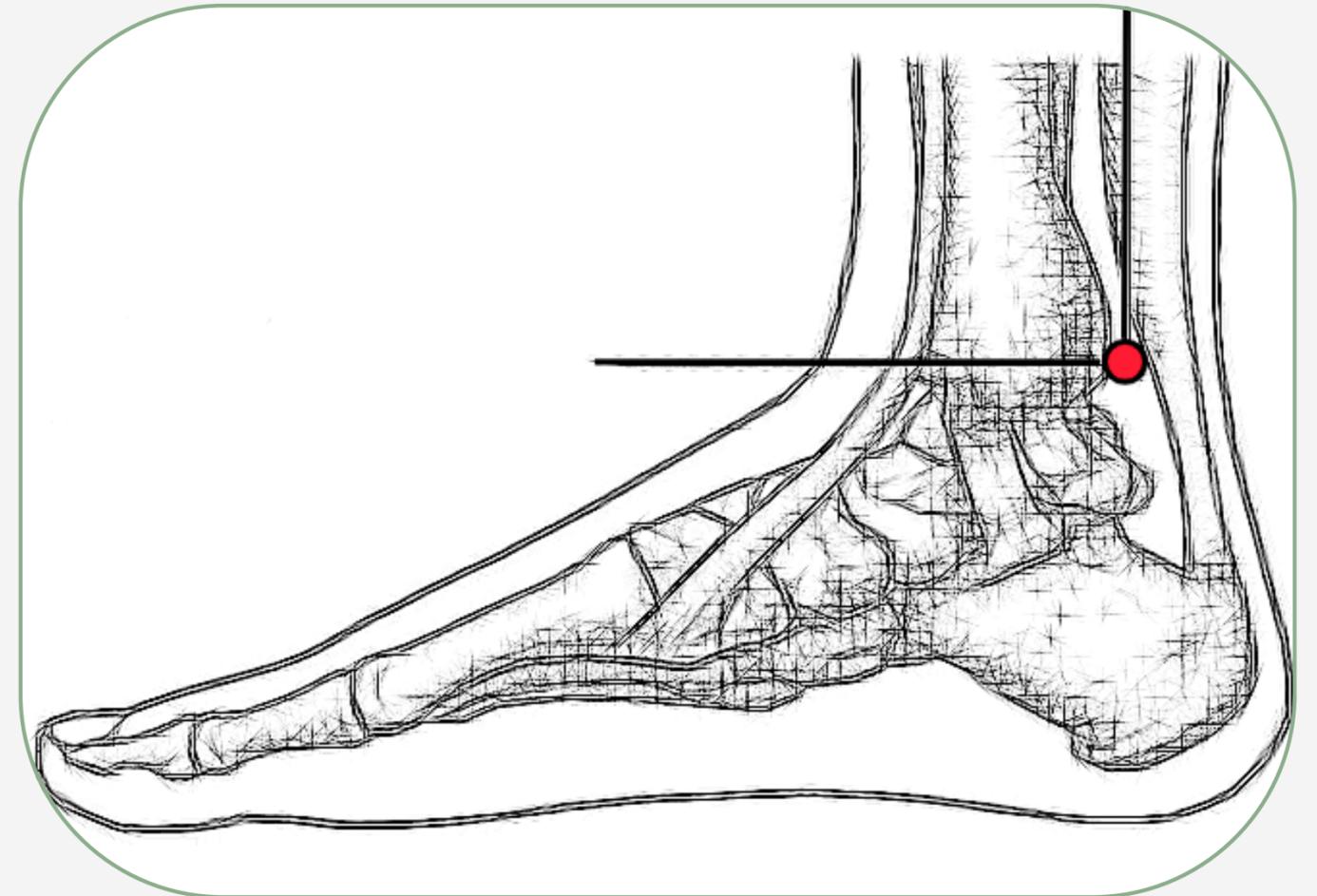
---

## Lokalisation:

Du lokalisierst den Punkt in der Mitte der Vertiefung, die zwischen dem höchsten sichtbaren Punkt des Fußknöchels und des posterioren Randes der Achillessehne liegt.

## Wirkung:

- Nährt das Nieren-Yin und klärt Mangel-Hitze (Kopfschmerzen, Schwindel, chronische Zahnschmerzen, Tinnitus, Schwerhörigkeit, Asthma, Husten)
- Tonisiert das Nieren-Yang (wenig Libido, Lumbalschmerzen)
- Kräftigt die Lendenwirbelsäule



[Video](#)

# *Extra: Yintang*

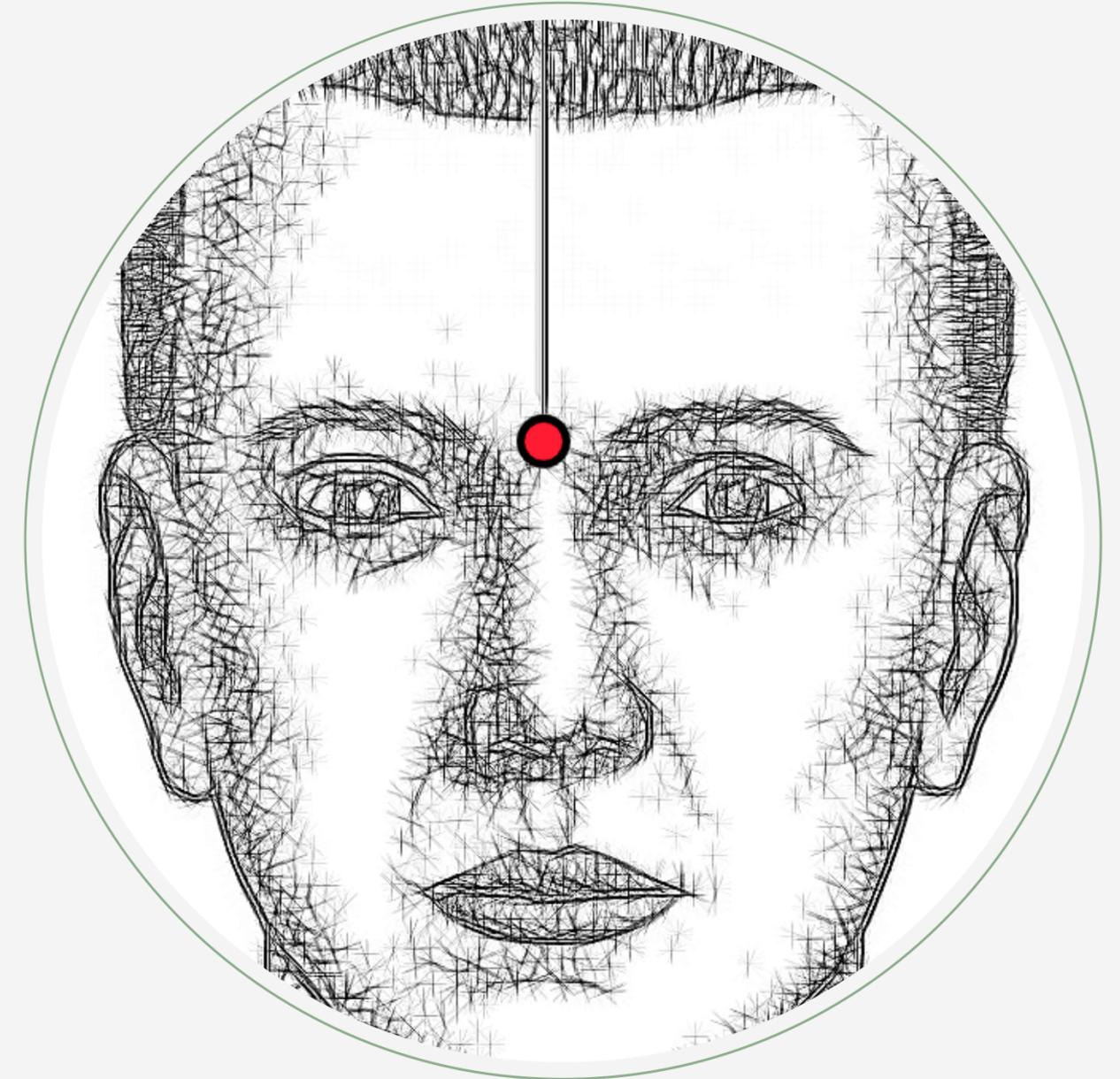
---

## Lokalisation:

Auf dem Mittelpunkt zwischen den Augenbrauen

## Wirkung:

- Beruhigt den Geist (Bei Schlafstörungen, Unruhe, Aufregung oder ängstlicher Erregung).
- Lindert Schmerzen bei frontalen Kopfschmerzen.
- Hilft der Nase bei der Behandlung von verstopfter und laufender Nase, Rhinitis, Schmerzen der Nebenhöhlen, Nasenbluten, etc.



Video

# *Du Mai 20*

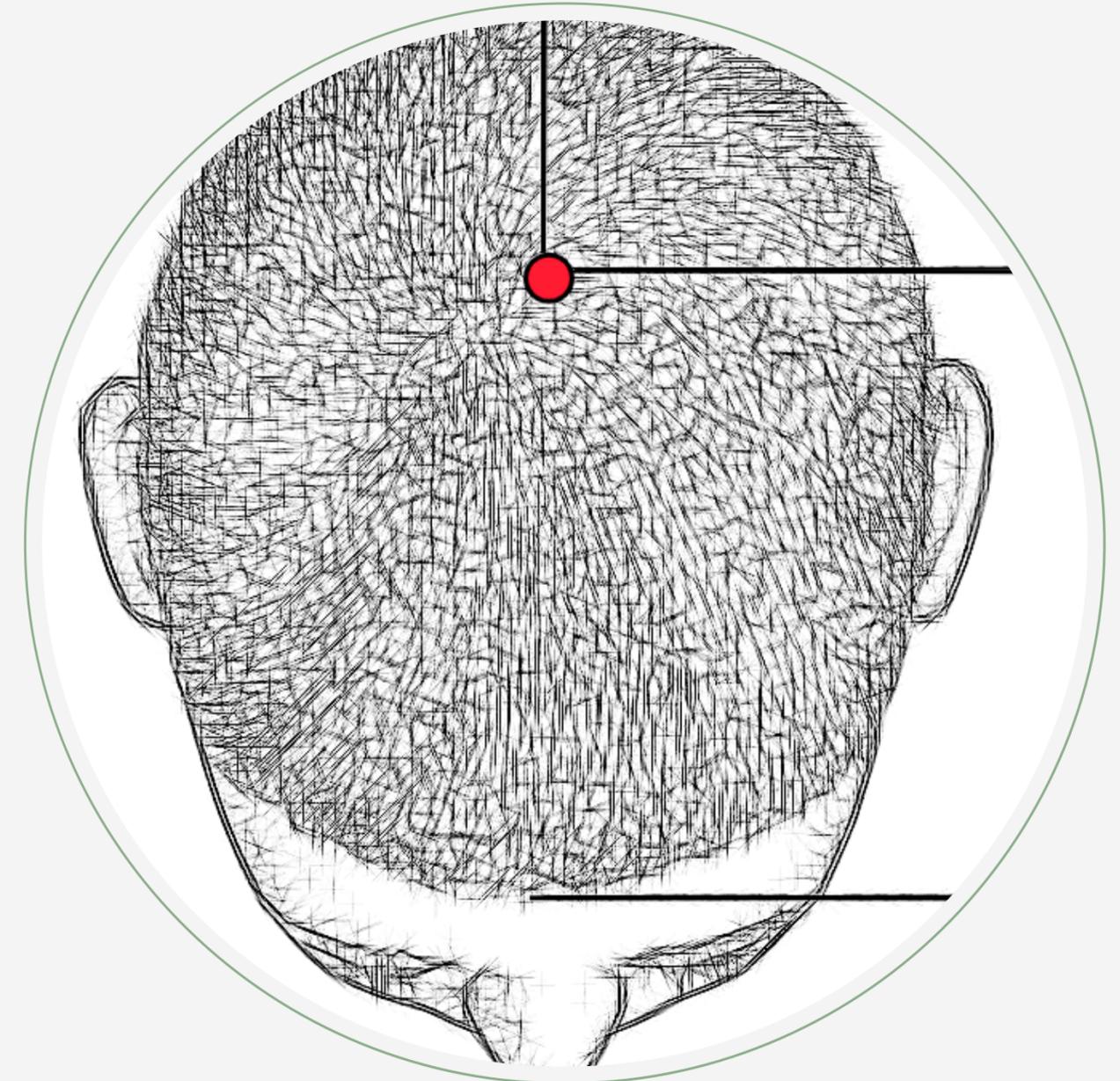
---

## Lokalisation:

Du platzierst die Kante deines Handballens auf die Kante des oberen Haaransatzes und rollst die Handfläche nach hinten ab. Dort wo der Mittelfinger aufkommt, befindet sich dieser Punkt.

## Wirkung:

- Bringt das Yang nach oben und wirkt Prolaps entgegen (Senkung der Gebärmutter, drohender Abort)
- Unterstützt den Kopf und die Sinnesorgane (Kopfschmerzen, Schwindel, Sehschwäche)
- Nährt das Knochenmark (Reguliert die emotionale Ebene)
- Unterstützt das Gehirn und beruhigt den Geist (Gedächtnisschwäche, Verwirrtheit, Traurigkeit und Weinen)



[Video](#)

# *Durchführung*

---

- Wichtig: Diese Punkte 2 Tage vor dem Transfer täglich anwenden.
- Eine Auswahl von mind. 4 Akupressurpunkten ca. 2 Minuten massieren.
- Ein- oder beidseitig.