

# MOXAFRICA

Moxa Manual



---

## RINFORZARE IL SISTEMA IMMUNITARIO

---

### REGOLE GENERALI:

- Utilizzare una moxa raffinata di buona qualità, in coni piccoli a "grano di riso".
- Lasciar bruciare solo fino a quando si percepisce il calore e poi rimuovere rapidamente il cono.
- Utilizzare 5-7 coni in ciascun punto, se non diversamente indicato.
- Regolare il dosaggio secondo necessità (ridurre nei pazienti più deboli, ovvero 1-3 coni nel paziente debole per poi aumentare man mano che il paziente migliora).
- Utilizzare solo i punti reattivi al dolore da pressione.
- I punti sono "vivi" e possono muoversi.
- Ricontrollare regolarmente il dolore da pressione e spostare di conseguenza il punto di trattamento.
- Febbre:
  - febbre leggera: utilizzare coni più piccoli e meno numerosi.
  - febbre alta - NO MOXA!
- Evitare la formazione di vesciche. Se si formano delle vesciche non moxare su di esse.



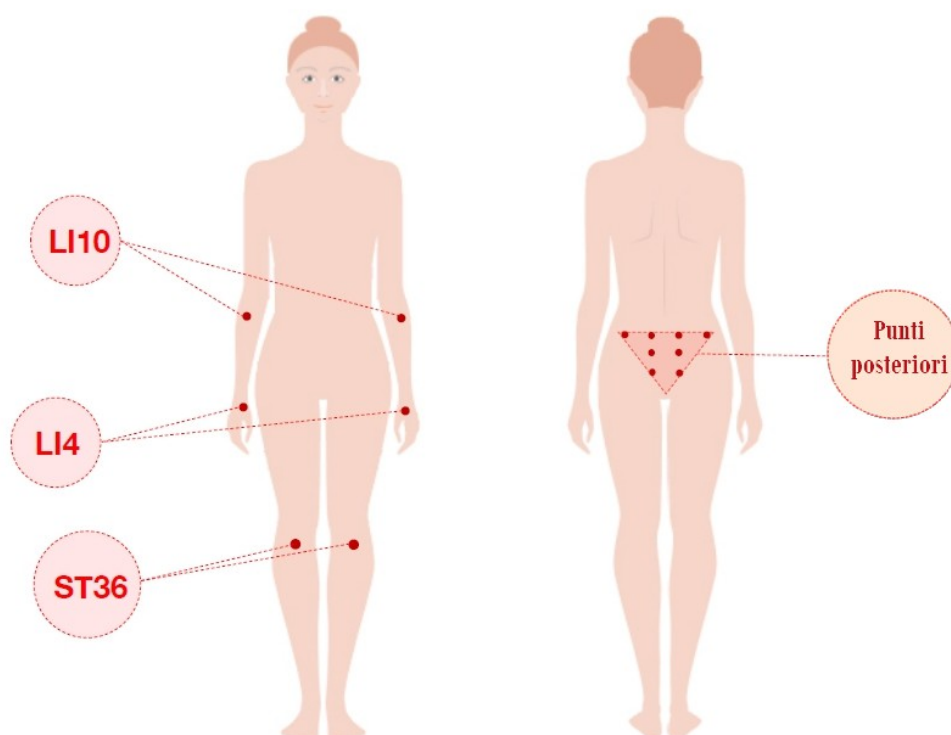
## **POTENZIARE IL SISTEMA IMMUNITARIO CON LA MOXA PER PROTEGGERSI IN UNA PANDEMIA**

- La moxa quotidiana rinforza il sistema immunitario e migliora la funzione digestiva.
- Gli effetti sono cumulativi ( la chiave è poco e sovente!).
- Per questo motivo, se sei sfortunato e vieni infettato dal coronavirus, la moxa applicata regolarmente può aiutare a prevenire che l'infezione diventi grave e molto seria.
- Il coronavirus può essere in grado di reinfettare coloro che l'hanno già superato perché gli anticorpi e la risposta immunitaria cellulare possono essere insufficienti alla protezione. Applicare la moxa ogni giorno dovrebbe rafforzare questa risposta cellulare.
- Mentre aspettiamo un vaccino, l'uso della moxa potrebbe fare la differenza!

La moxa solo su St36 è semplice e dovrebbe essere sufficiente per una protezione generale.

Se si verificano sintomi sospetti, aggiungere immediatamente i punti sul braccio (controllando quali sono più sensibili e moxando di conseguenza).

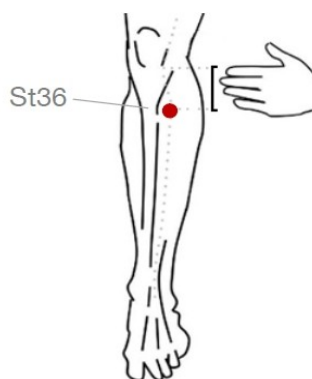
Se compaiono sintomi gravi, aggiungere anche i punti sulla schiena.



## ST36

### Posizione

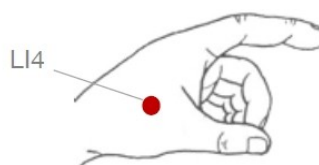
4 dita sotto il bordo inferiore esterno del ginocchio, un dito lateralmente alla cresta anteriore della tibia.



## LI4

### Posizione

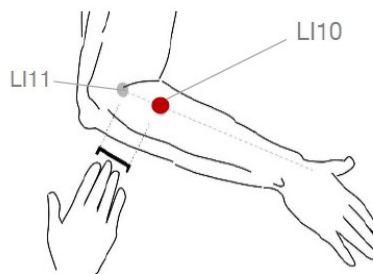
Tra il primo e il secondo metacarpo sul dorso della mano. Nel punto medio del secondo osso metacarpale.



### LI10

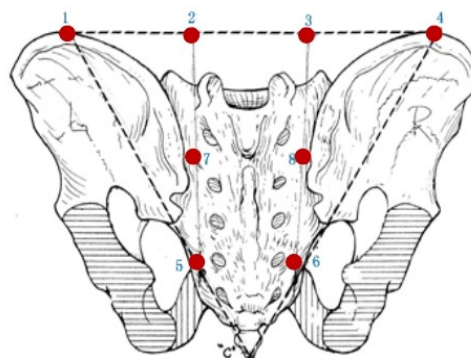
#### Posizione

Sul lato radiale dell'avambraccio, 3 dita distalmente dall'angolo interno del gomito.



### 8 punti nella parte bassa della schiena

Paziente prono.  
Per prima cosa tracciare una linea orizzontale tra gli apici delle creste iliache. Due dei punti (i punti più larghi) ad ognuna delle estremità di questa linea sul punto più alto delle creste iliache.



Di solito c'è un lieve incavo al di sopra dell'osso in corrispondenza di questi punti (punti 1 e 4 nel diagramma), gli altri due punti su questa linea (2 e 3) si trovano suddividendola in parti uguali. Quindi, disegnare due linee in verticale verso il basso verso la parte posteriore delle gambe in partenza dai punti 2 e 3. Disegnare quindi due linee diagonali dalla punta del coccige ai punti 1 e 4, creando un triangolo.

I punti 5 e 6 si trovano all'intersezione tra queste due linee diagonali e le due linee verticali che sono state disegnate dai punti 2 e 3.

Gli ultimi due punti si trovano sulle linee verticali. Il punto 7 è a metà strada punto 2 e punto 5. Il punto 8 si trova a metà strada tra il punto 3 e il punto 6.

Le posizioni finali effettive di questi punti possono essere perfezionate trovando punti sensibili o tesi vicino a queste posizioni. In tale caso, utilizzare questi punti più sensibili poiché possono essere più efficaci.