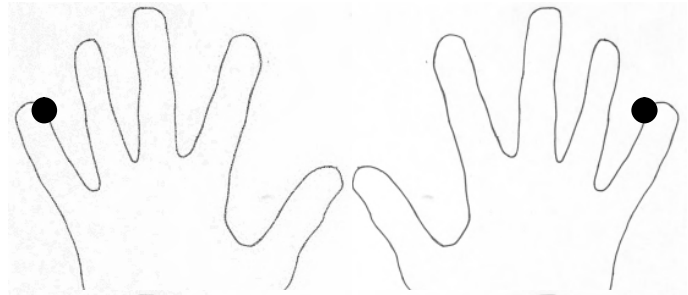
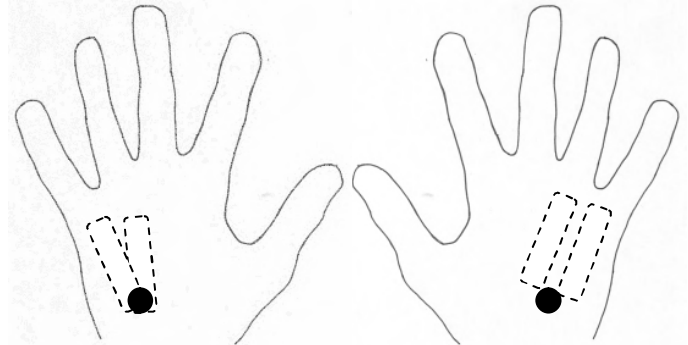


# Selbsthilfe durch Akupressur

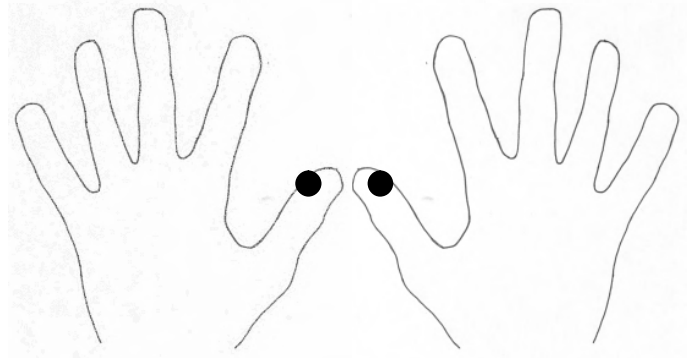
Kreislauf, droh.  
Ohnmacht, Schwindel



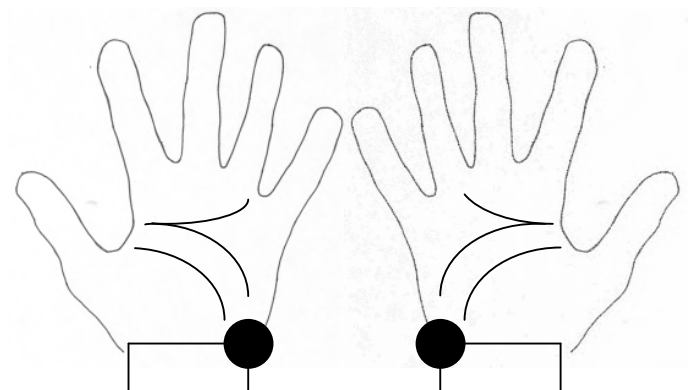
Rückenschmerzen



Halsschmerzen



Herzklopfen  
Herzjagen  
Herzstolpern



Diese Punkte ● sind mit dem Daumen (nicht Nagel) in klein-kreisförmigen ( $r = 0,5\text{cm}$ ) Bewegungen kräftig zu massieren.