

iTeracare Device, Therapy Methods

iTeracare Apparaat, Therapie Methodes



**iTera-Pro**

**iTera-Classic**

**Cervicale zenuwen**

- Hoofd en nek
- diafragma
- Deltaspier, biceps
- Pols, uiteinden
- Triceps
- hand

**Borstkas zenuwen**

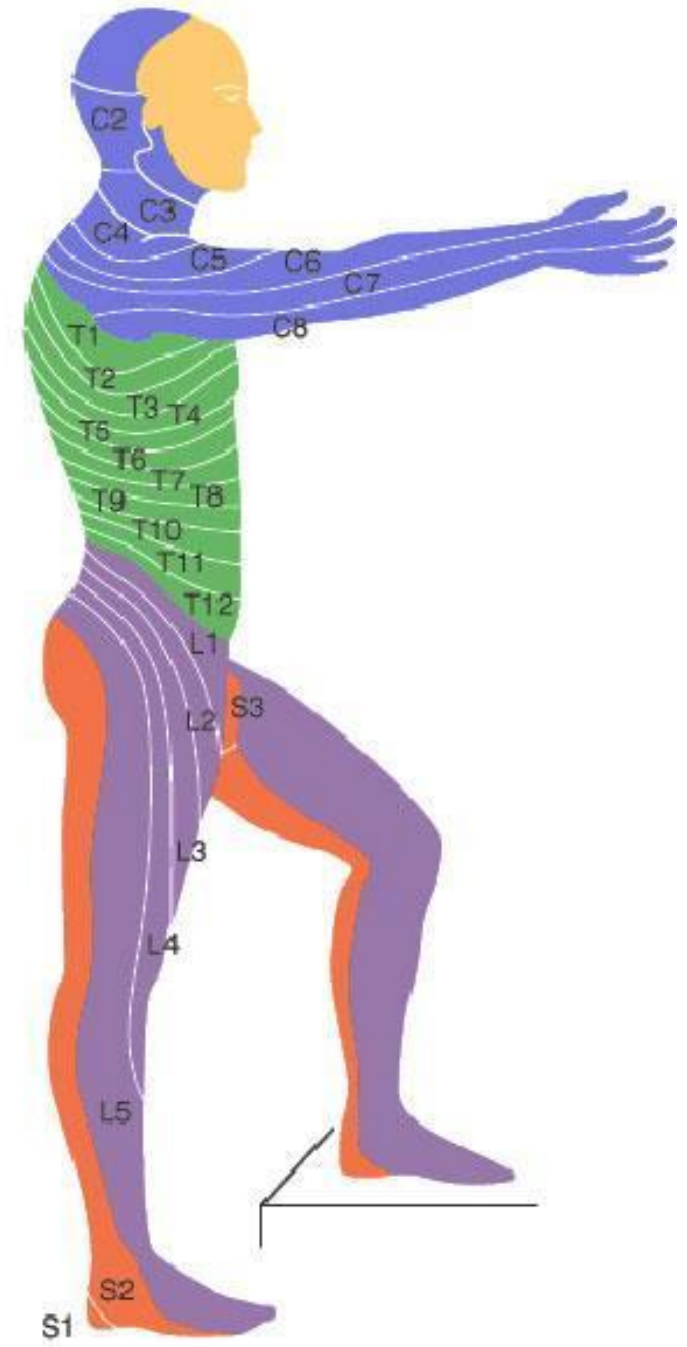
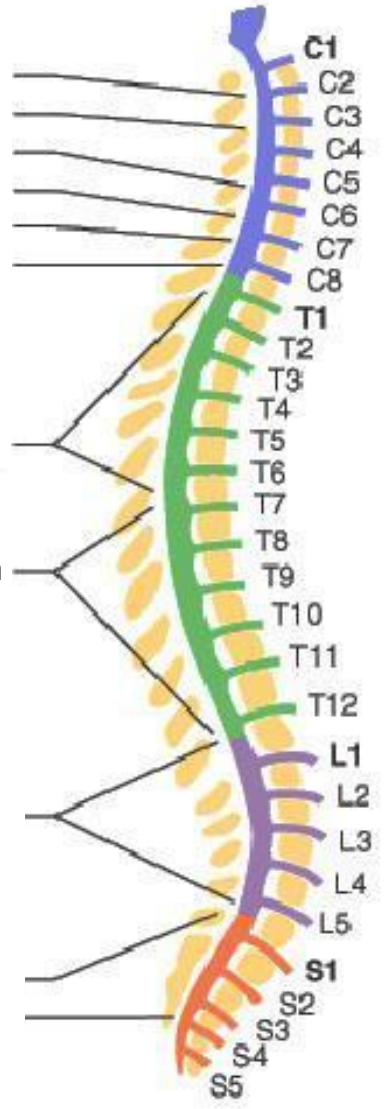
- Borstspieren
- Buikspieren

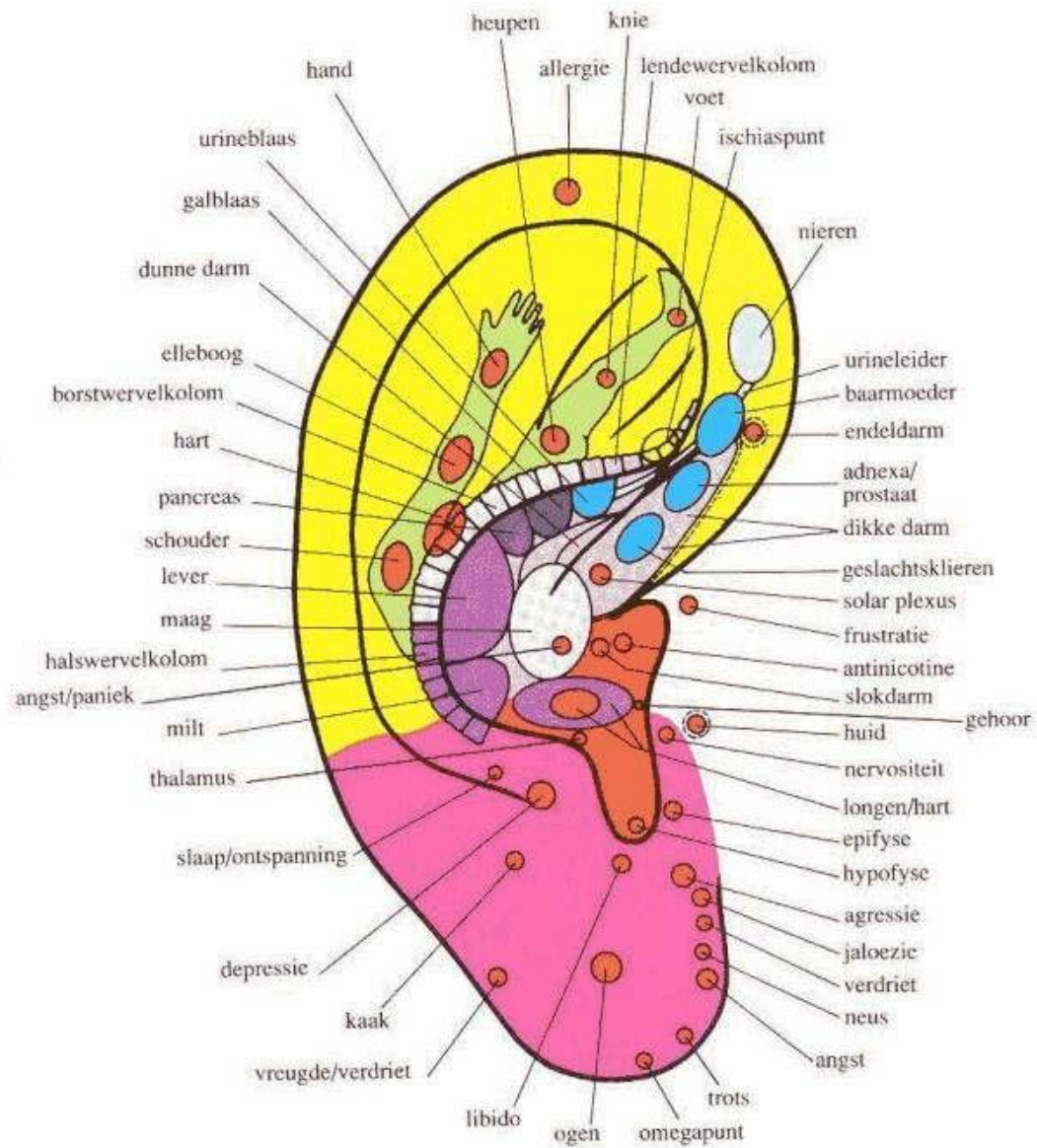
**Lumbale Zenuwen**

- Beenspieren

**Sacrale zenuwen**

- Darm, blaas
- Seksuele functies

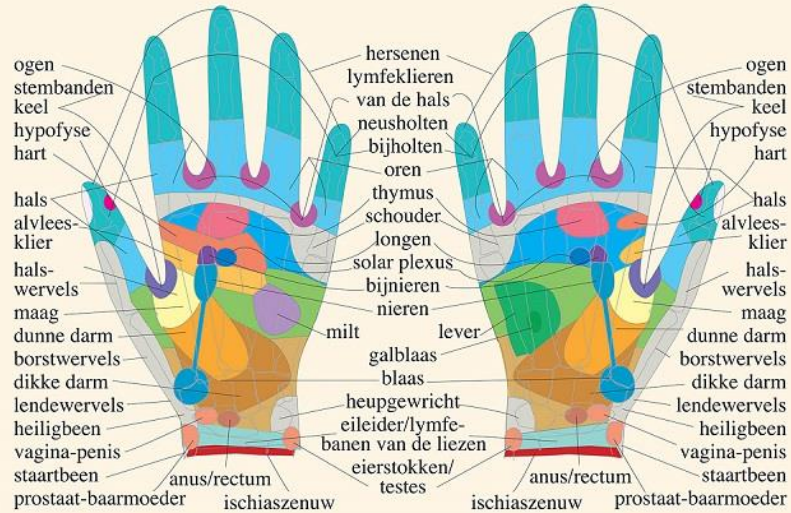






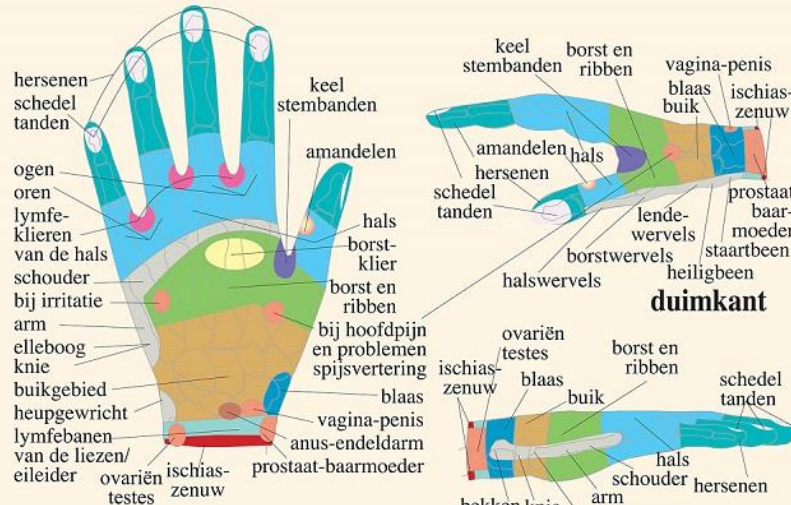


# REFLEXZONES VAN DE HAND



**linker handpalm**

**rechter handpalm**



**handrug**

**pinkkant**

# REFLEXZONES VAN DE VOET



## **A) Hoe de iTeraCare Classic te bedienen:**

- 1. Probeer het eerst zelf uit, want je kunt de warmte-penetratie voelen en controleren.**
- 2. Probeer direct op de huid te blazen - het is ook prima om door kleding te blazen.**
- 3. Heb vertrouwen in de Terahertz wonderblazer en geloof dat je lichaam beter zal kunnen worden!**
- 4. Haal goed adem en denk aan de meest positieve uitkomst. Dat helpt mee!**
- 5. Geniet van het proces van het blazen, je moet wellicht enig geduld hebben, je lichaam wat tijd geven om zichzelf te herstellen, de pijn die je eventueel jarenlang hebt opgebouwd, langzaam weg laten blazen en je cellen weer gezond laten worden.**
- 6. Wanneer bloedcellen gezond zijn, verbetert de bloedcirculatie, het kan nu effectief zuurstof en voeding naar andere cellen brengen en tegelijkertijd gifstoffen en dode cellen afvoeren.**
- 7. Wanneer de meridiaan cellen gezond zijn, wordt het zenuwstelsel gedeblokkeerd, kunnen de organen worden gevoed en kunnen ze weer normaal en effectief functioneren, veel pijn zal worden geëlimineerd.**
- 8. U moet voor en na het blazen twee kopjes warm water drinken. (verdunt bloed)**

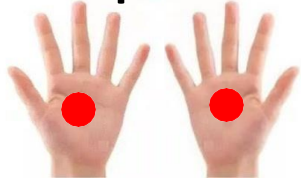
- 9. Bij elke keer als je behandelt, is het goed om op de drie acupunctuurpunten blazen, op de vijf lymfeklieren te blazen en tegelijkertijd ook op de twee hoofdmeridianen blazen, dan zal het blazen op het zieke en pijnlijke gebied effectiever zijn.**
- 10. Het is het beste om een paar uur na de therapie niet in koude geconditioneerde toestand te komen, geen koud voedsel te eten en niet te douchen.**
- 11. Zit je in een ruimte met een airco laat dan na de therapie de airco niet direct op je blazen. Je kunt de ventilator en airco aanzetten, maar niet te koud of direct op je lichaam!**
- 12. Zorg ervoor dat u vóór gebruik de contra-indicaties en voorzorgsmaatregelen van het therapieproces begrijpt.**
- 13. Het moet ook duidelijk zijn dat de mogelijke verbeteringsreactie na gebruik geen bijwerking is.**
- 14. Disclaimer: Bovenstaande suggestie zijn slechts persoonlijke meningen, oordeel alstublieft zelf. Het vertegenwoordigt geen andere persoon of bedrijven.**



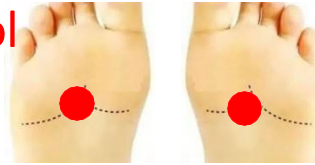
# A) Hoe blazen? (Elke volgorde is prima! Omdat het jouw lichaam is, vind je misschien je eigen stroom.)

## 1. Blaas de 3 acupunctuur punten open

a. Palm



b. Voetzool

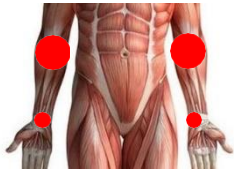


c. Top v h hoofd

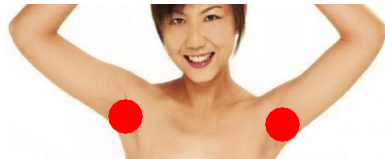


## 2. Blaas de 5 lymfatische knopen open

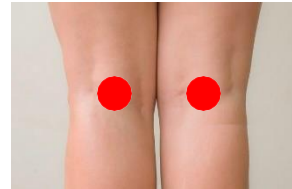
a. Elleboog binnen



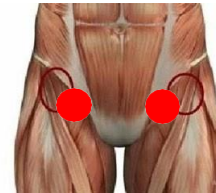
b. oksel



c. Knie binnen



d. Lies

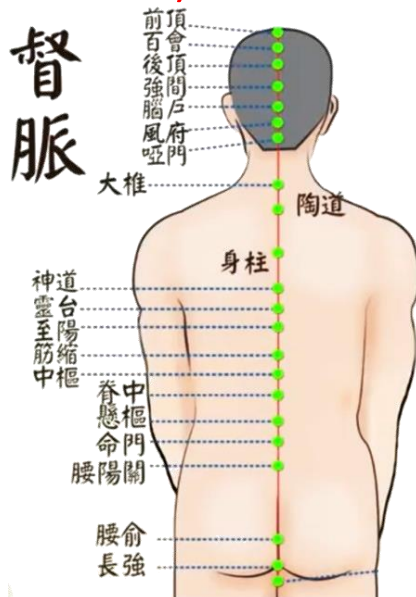


e. Nek lymfe

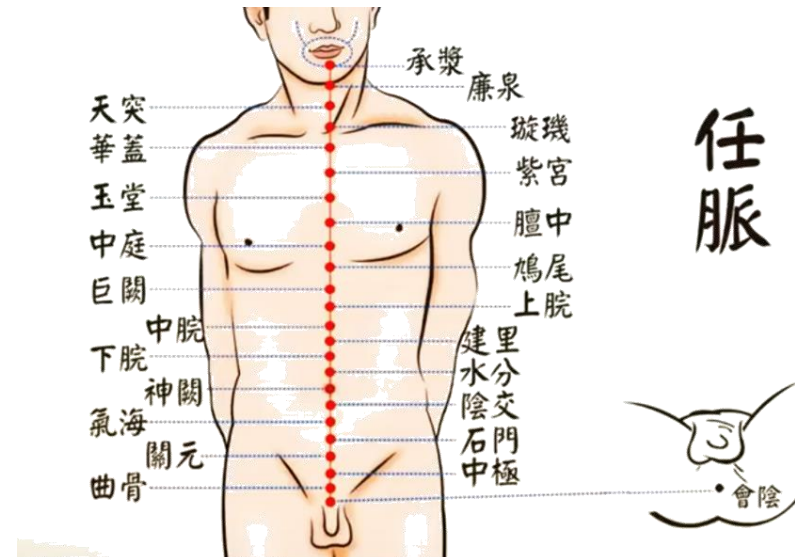


## 3. Blaas de twee hoofdbloedvaten

a. (Rug, Du Mai) Gouverneur bloedvaten



b. (Voorzijde, Ren Mai) Conceptie bloedvaten



# Hoe blaas je best ?

Blaas op het lichaam of de plaats die je kiest totdat het heet wordt. beweeg de blazer → links ← rechts, ↑ op- ↓ neer, ○ of in cirkels of trek de blazer verder weg

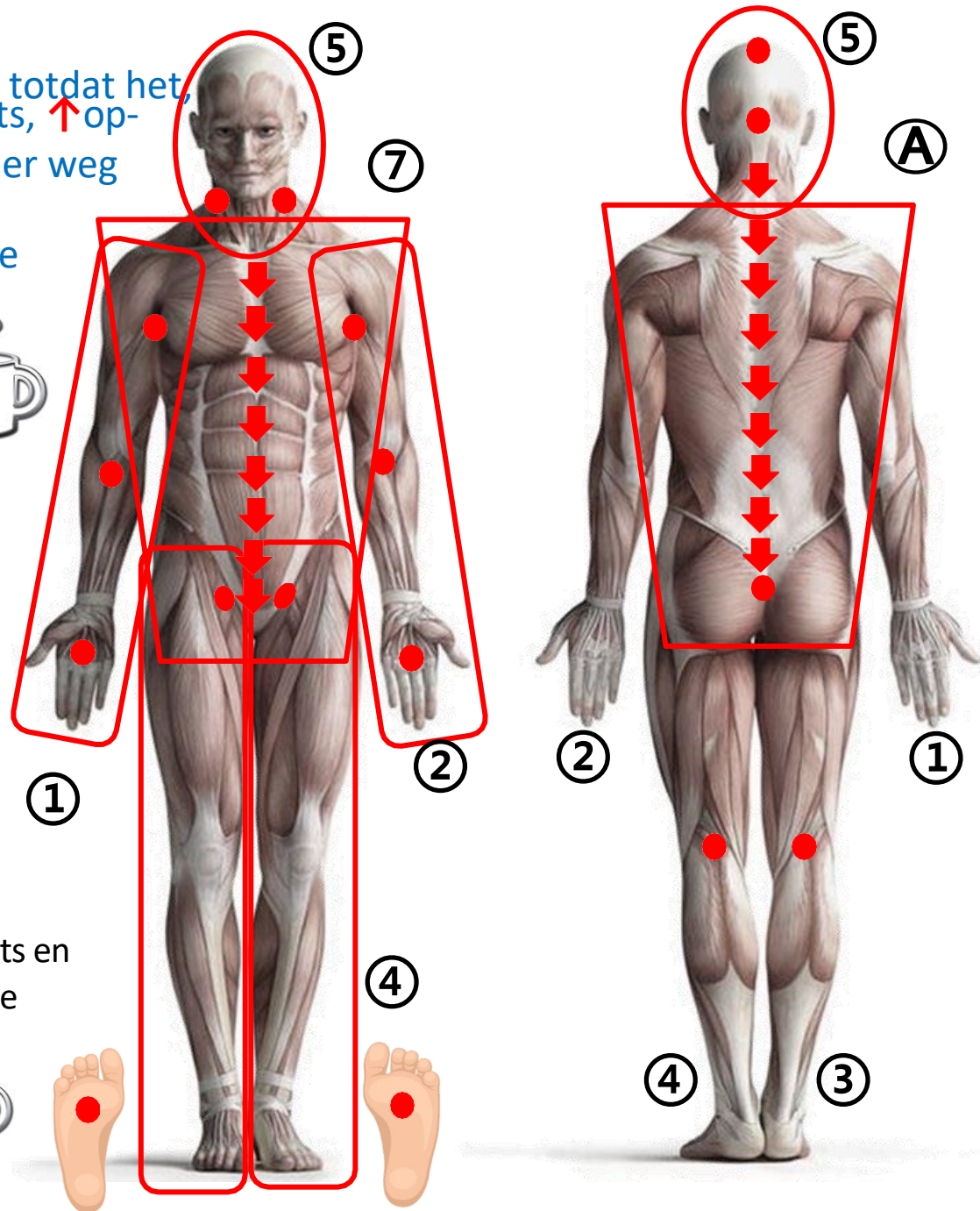
Om pijn of kwetsuren te voorkomen!  
Plaatsen die pijn doen of zieke plekken kan je Langer blazen !

1. Drink 2 glazen warm water.



2. ①② Blaas over de hele hand, buiten en binnenkant maar vooral op de rode plek.
3. ③④ zelfde voor jouw voeten maar vooral op de rode plek.
4. ⑤ Blaas top van het hoofd cirkel neerwaarts het hele hoofd maar vooral op de rode plek.
5. ⑥ Blaas centrum vd rug, blaas neer-waarts en beweeg links rechts of beweeg in cirkels om hele rug te doen
6. ⑦ Blaas centrum vd voorkant, blaas neer-waarts en beweeg links rechts of beweeg in cirkels om hele voorkant te doen

7. Drink 2 glazen warm water.



1.

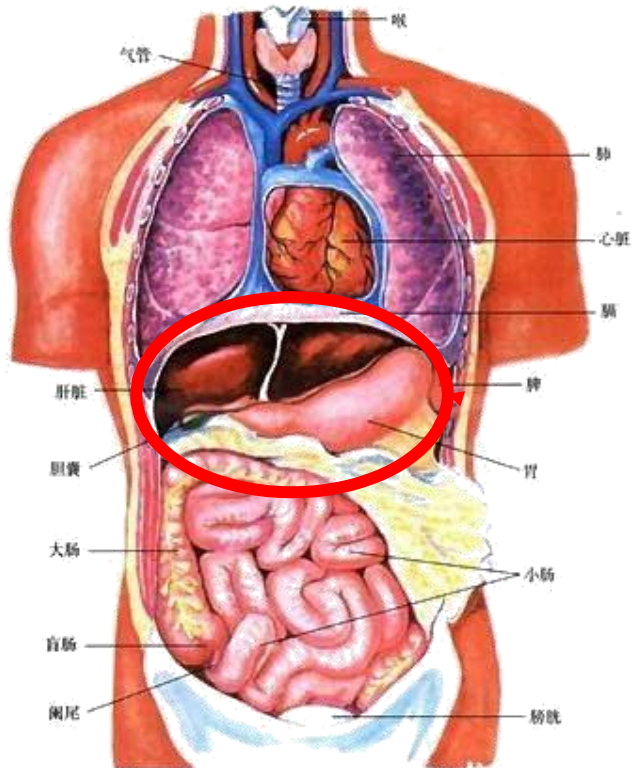
**Hoofdpijn:** Gerelateerd aan de cervicale wervelkolom, blaas eerst op de nek en dan op het hoofd. blaas de hele schouder en nek gedurende 20 minuten, en dan het oor lymfe en hoofd gedurende 25 minuten, in totaal 45 minuten.

(Er kunnen verbeteringen optreden voor hoofdpijn of slapeloosheid)



2.

**Haarproblemen:** Blaas eerst op de nek en de hele rug gedurende 20 min., dan de nieren, de voor- en achterkant van de maag en de milt 20 min. en ga dan 20 min. totaal 60 minuten.



3) 20 min

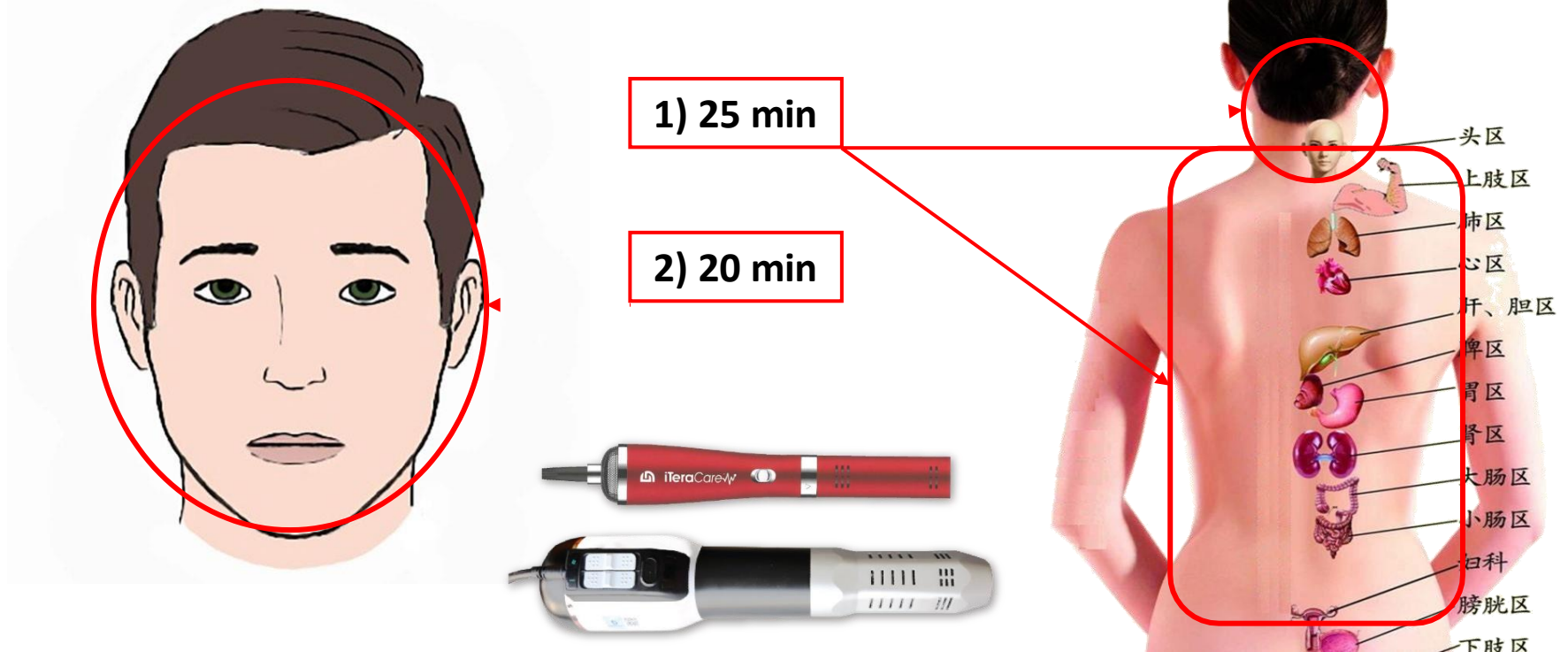
1) 20 min

2) 20 min



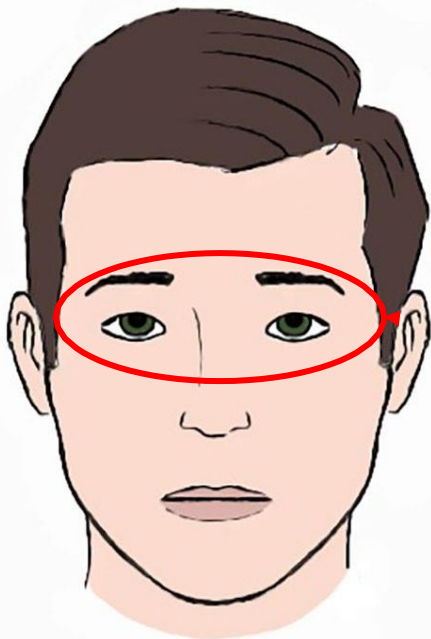
3.

**Gezicht:** Blaas op de nek en de hele rug gedurende 25 minuten om de ingewanden te reguleren. Daarna 20 minuten in het gezicht, in totaal 45 minuten.



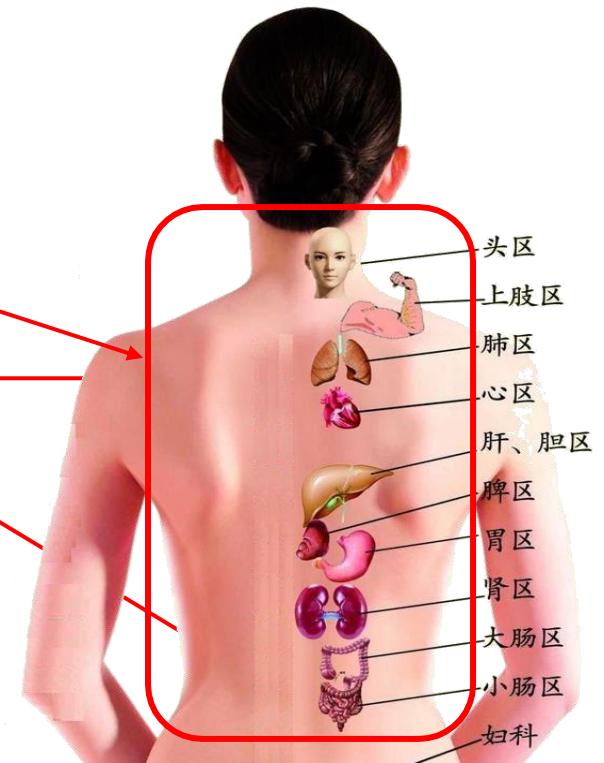
4.

**Ogen:** Blaas gedurende 20 minuten naar de nek, rug en lever in het midden van de taille en blaas vervolgens gedurende 25 minuten op de ogen, in totaal 45 minuten. (genezing omvat droge ogen, jeukende of andere.)



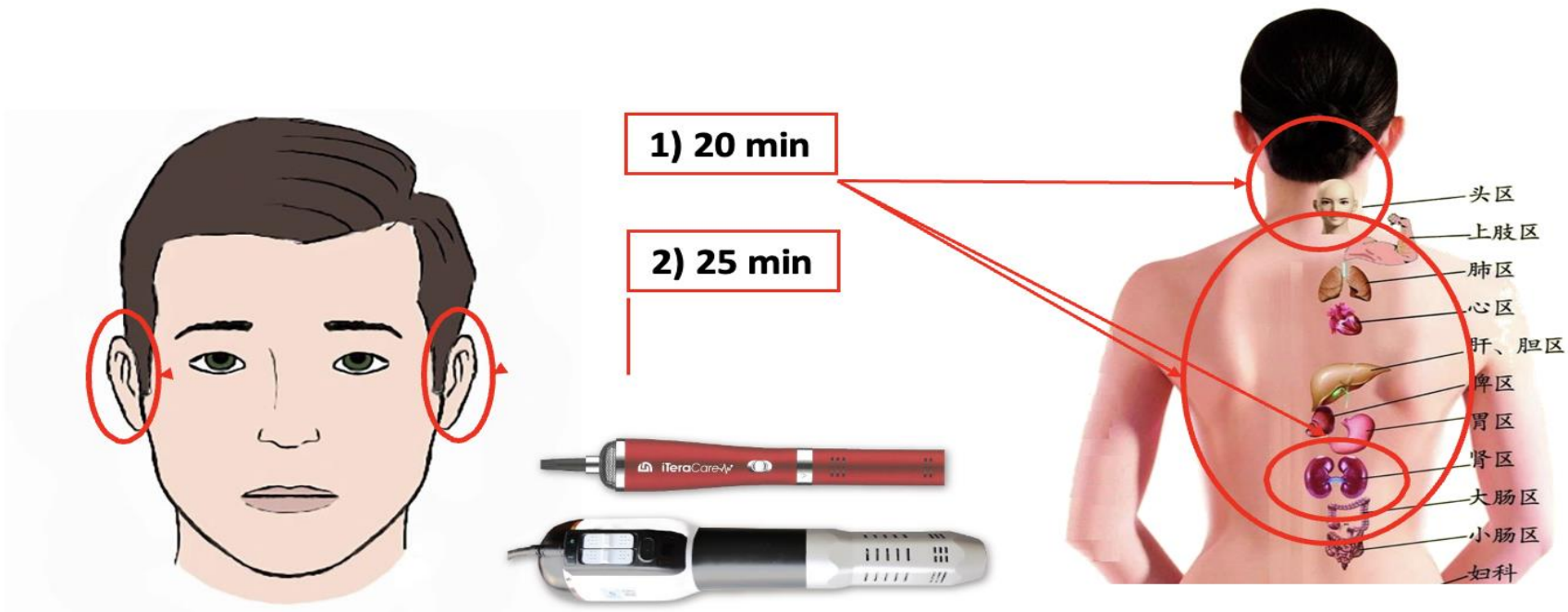
1) 20 min

2) 25 min



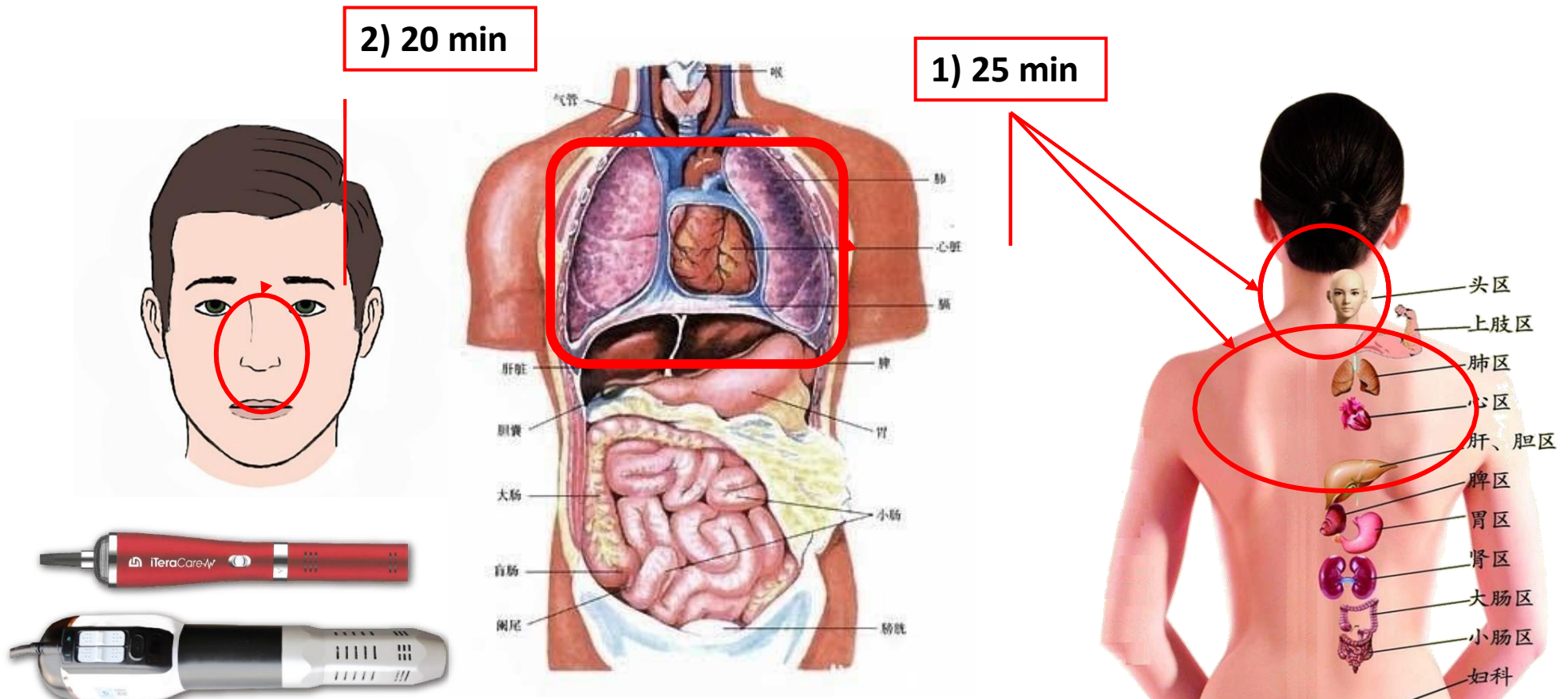
5.

**Oor:** Blaas eerst gedurende 20 minuten op de nek, taille en nieren en blaas vervolgens gedurende 25 minuten op de oren, gedurende in totaal 45 minuten. (Frequente klap op het oor kan de viscerale functie reguleren.)



6.

**Rhinitis/ neusproblemen:** Eerste klap op de nek , voor en achter longgebieden gedurende 25 minuten, snuit vervolgens gedurende 20 minuten rond de neus, totaal 45 minuten





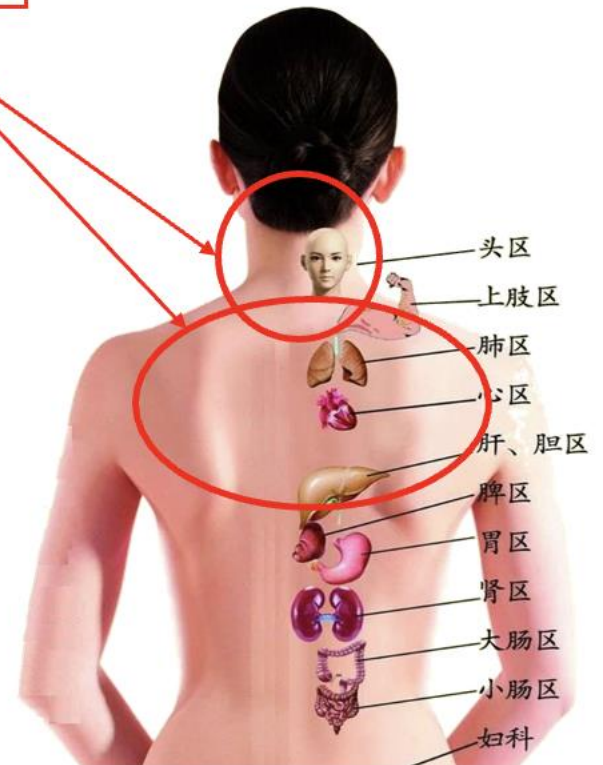
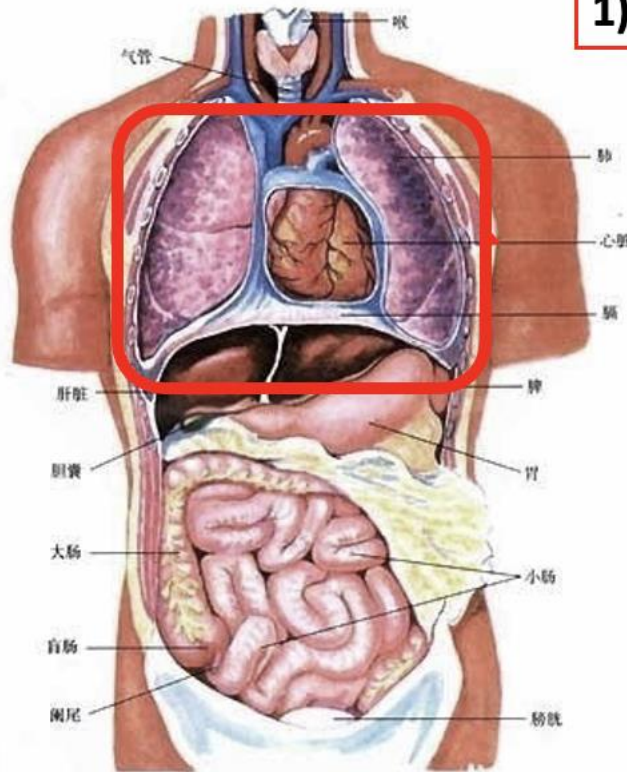
7.

**Kiespijn / orale zweer:** blaas eerst het nekgebied, de voorste en achterste longgebieden gedurende 25 minuten, blaas vervolgens gedurende 20 minuten op het gebied van kiespijn / maagzweer, totaal 45 minuten.

2) 20 min

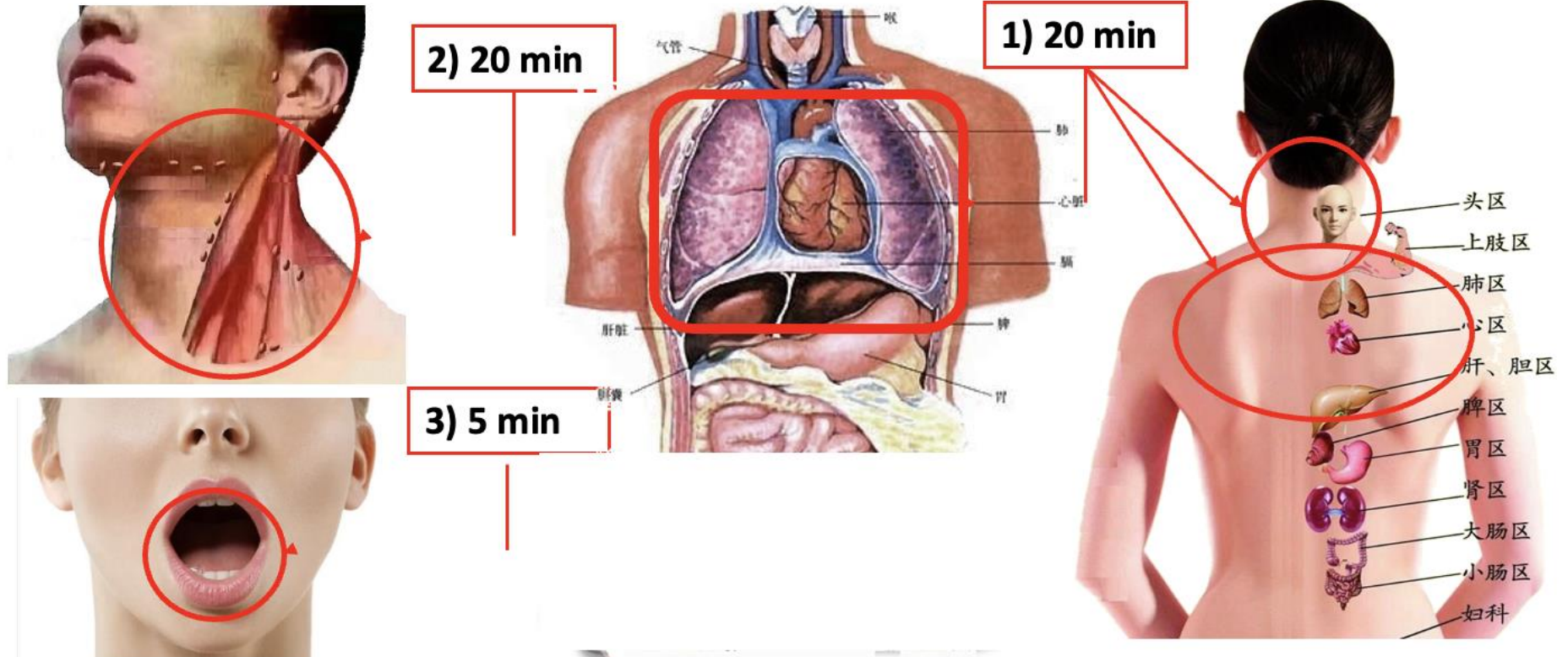


1) 25 min



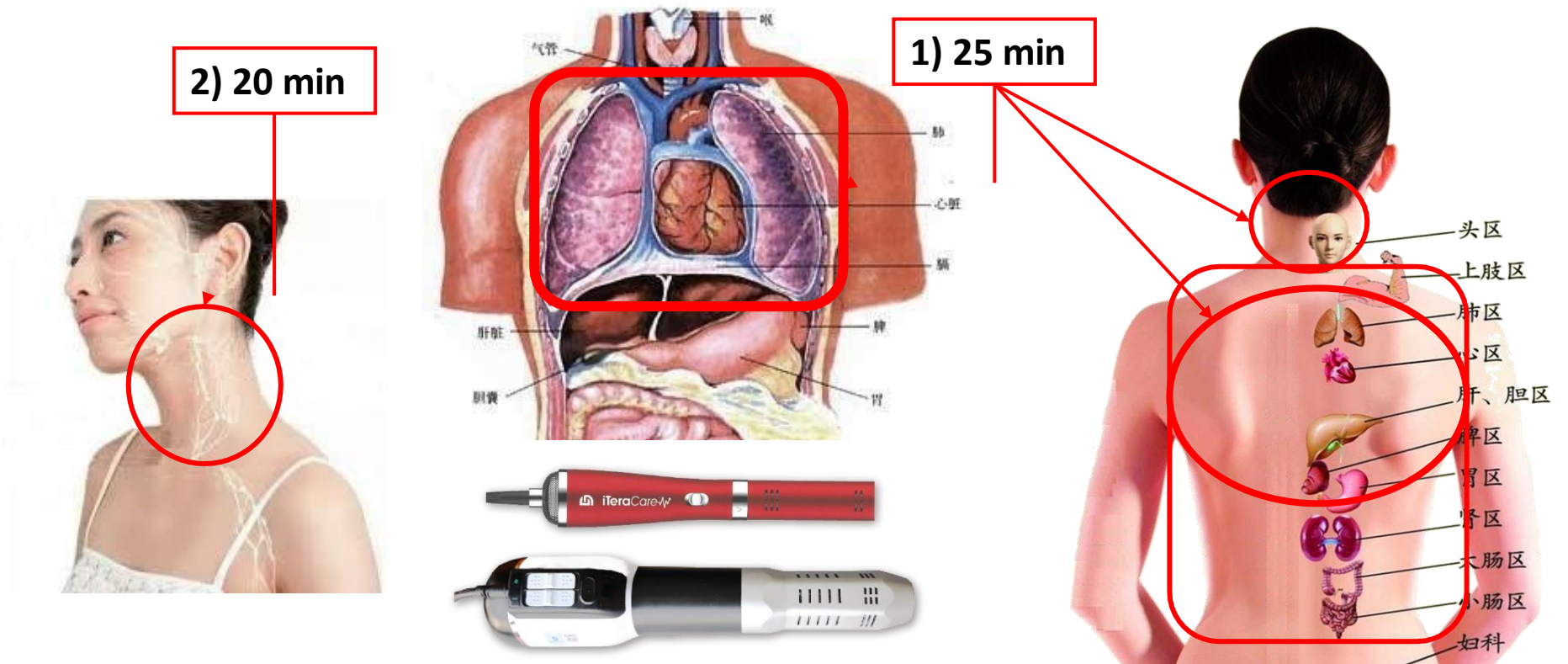
8.

**Keelpijn / hoest:** blaas eerst op het nekgebied, voor- en achterlonggebied gedurende 20 minuten, blaas vervolgens op de hele keel en cervicale lymfevaten gedurende 20 minuten blazen en dan 5 minuten in de open mond



9.

**Hoesten en verkoudheid:** Blaas de hele rug en nek, meer op de milt en maagstreek, voor- en achterste longgebieden gedurende 25 minuten. Blaas vervolgens nog 20 minuten de hele keel, in totaal 45 minuten

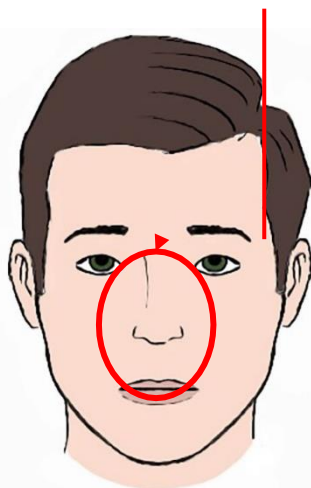




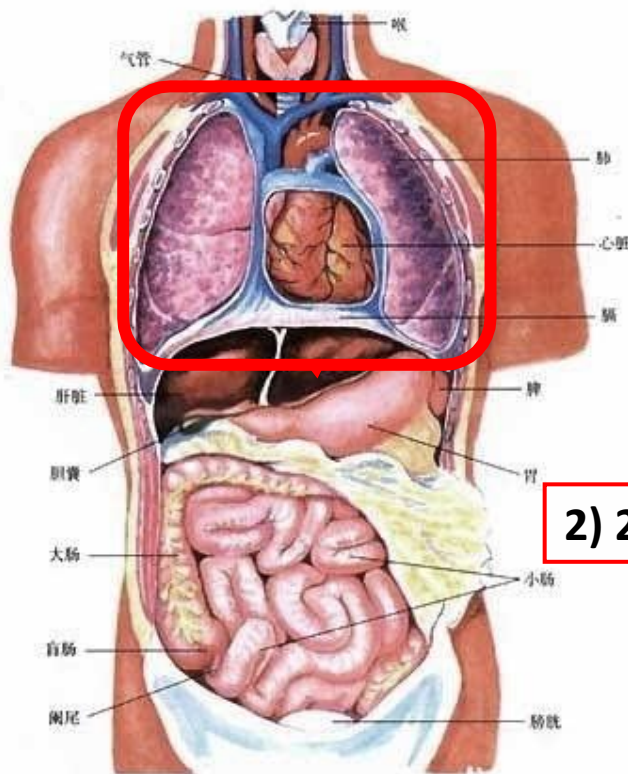
10.

**Koude/loopneus:** eerst 20 minuten op de nek en rug , vervolgens gedurende 25 minuten op het voorste en achterste longgebied, ten slotte gedurende 15 minuten de neus snuiten

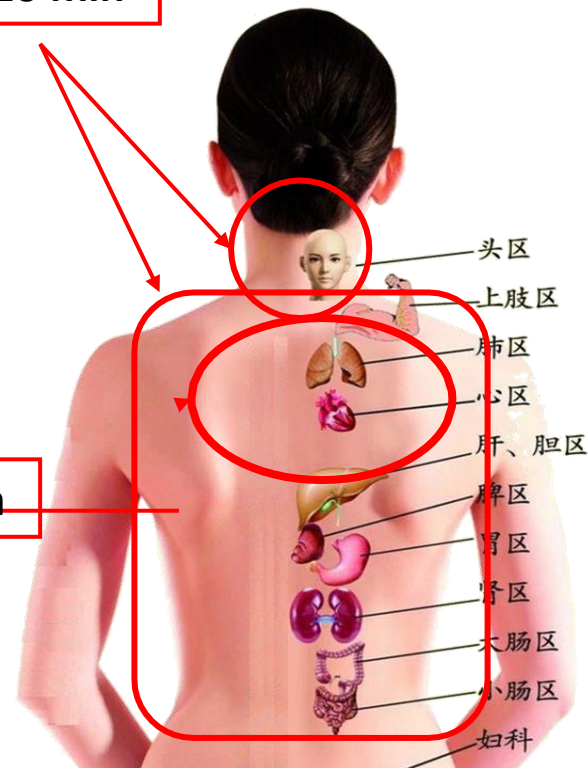
3) 15 min



1) 20 min



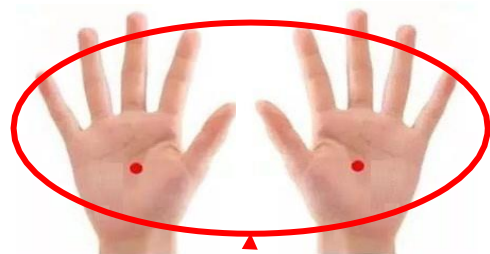
2) 25 min



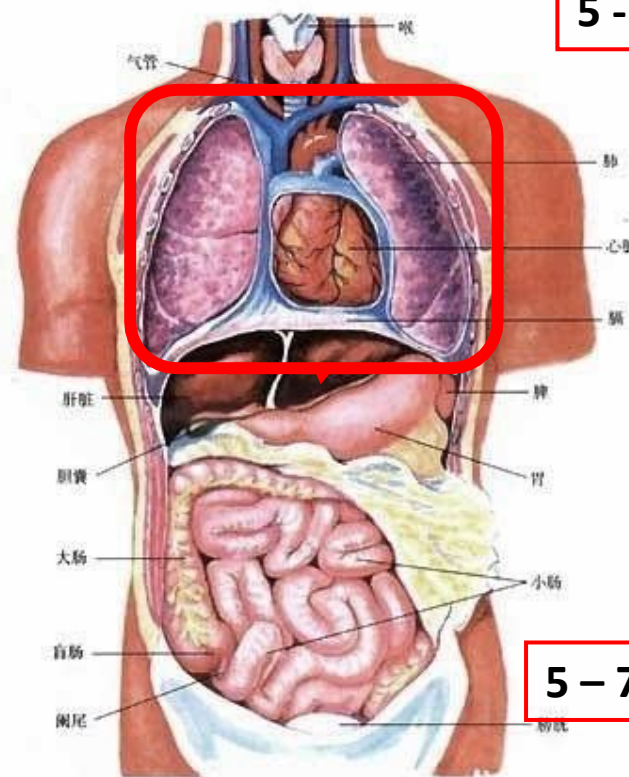


11.

**Koorts** : Blaas 5-7 minuten op handpalmen, voetzolen, voorborst, rug, cervicale wervelkolom en hoofd gedurende een totaal van 30-40 minuten.

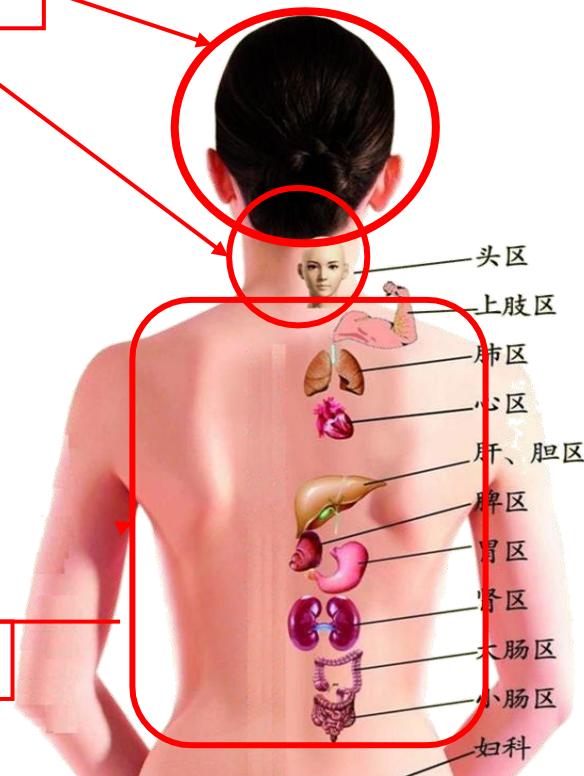


5 - 7 min



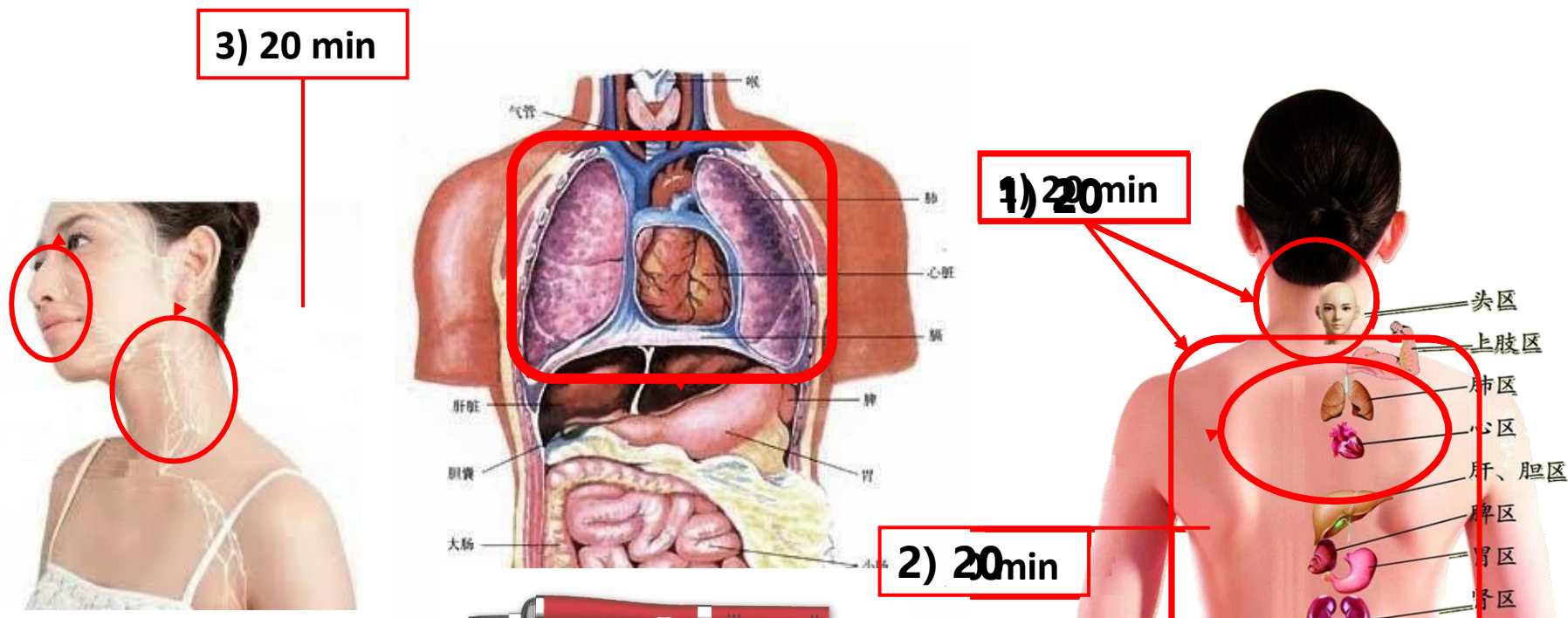
5 - 7 min

5 - 7 min



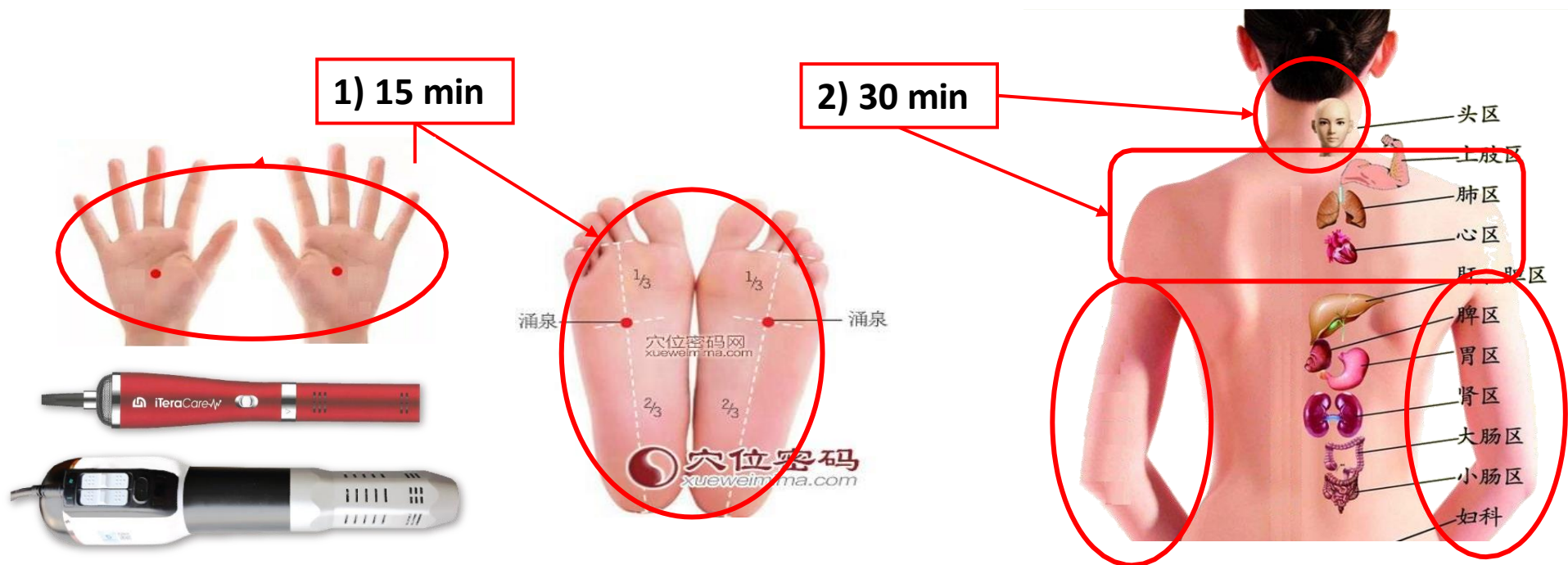
12.

**Bronchitis / Astma:** Eerste blazen op de nek en rug gedurende 20 minuten,  
dan op de voorzijde en terug van longen gebied voor 20 minuten blazen  
op de keel en neus voor 20 minuten



13.

**Schouder- en nekproblemen:** Blaas de handpalmen en voetzolen gedurende 15 minuten, blaas de nek en de hele schouder gedurende 30 minuten, in totaal 45 minuten. (Gevoelloosheid en pijn op vingers en armen zijn meestal cervicale wervelkolomproblemen. Na boven verder blazen vingers en armen



14.

**Borst problemen:** eerst blazen op de nek en dan terug op de schouderbladeren voor 20 minuten dan blazen op de oksel lymfe voor 20 minuten en eindelijk blazen op de borst gedurende 20 minuten

**Als u borsthyperplasie heeft, kan u masseren tijdens het blazen.**  
Massage tijdens het blazen zal ook borsten ontwikkelen.

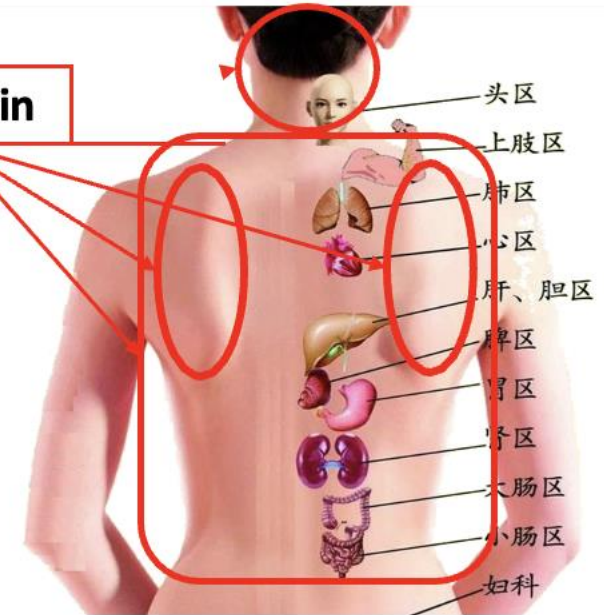


3) 20 min



2) 20 min

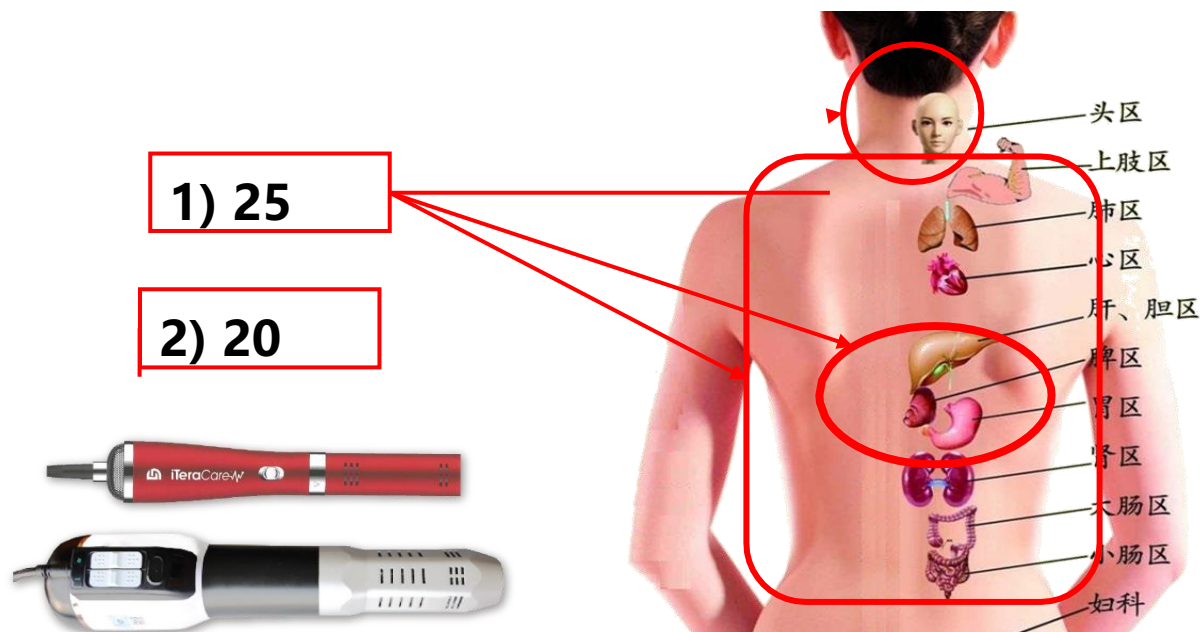
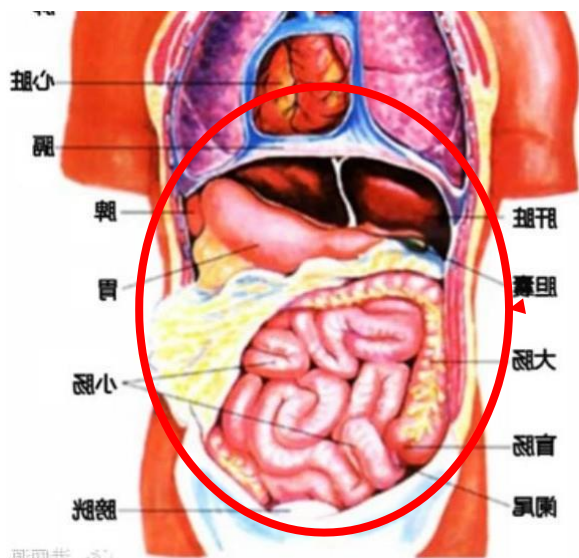
1) 20 min





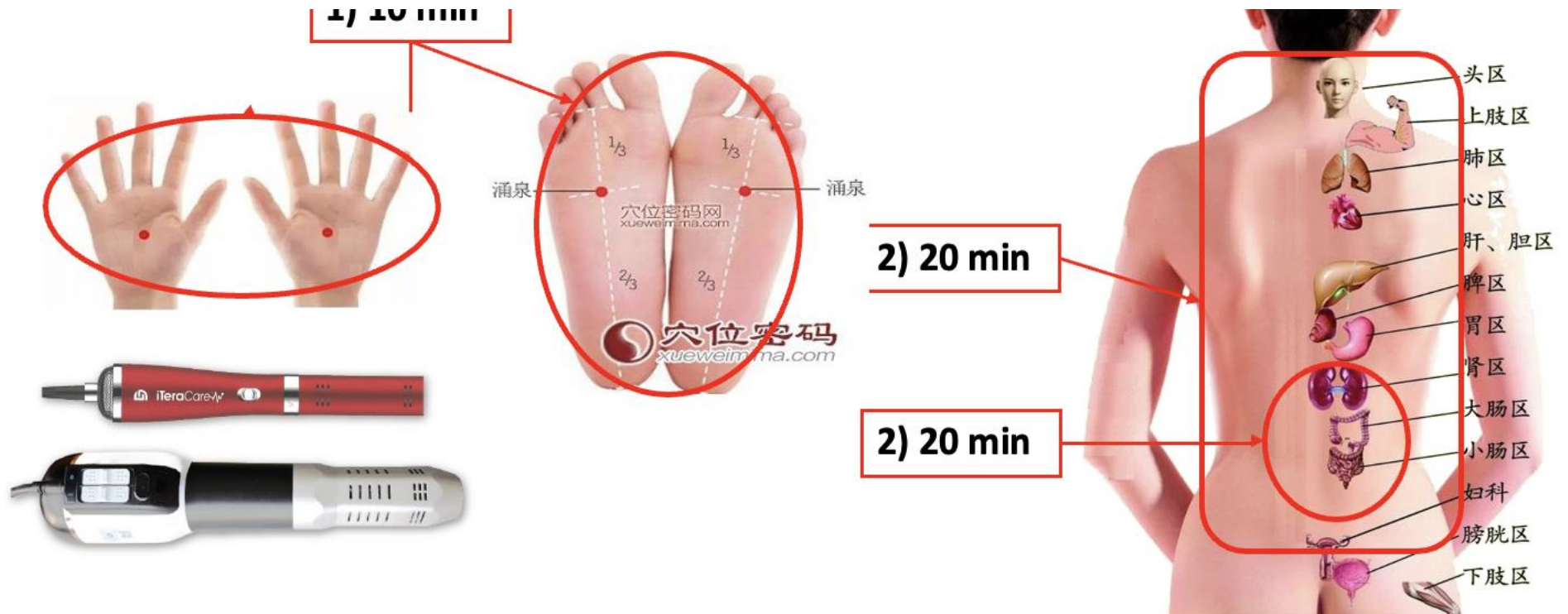
15.

**Milt Gastrointestinal fysiotherapie:** Eerst blazen op de nek en de hele rug, meer op de milt en maagstreek gedurende 25 minuten, en blaas vervolgens op de voorste maag en buik gedurende 20 minuten, gedurende een totaal van 45 minuten. (Kan niet blazen als de maag bloedt )

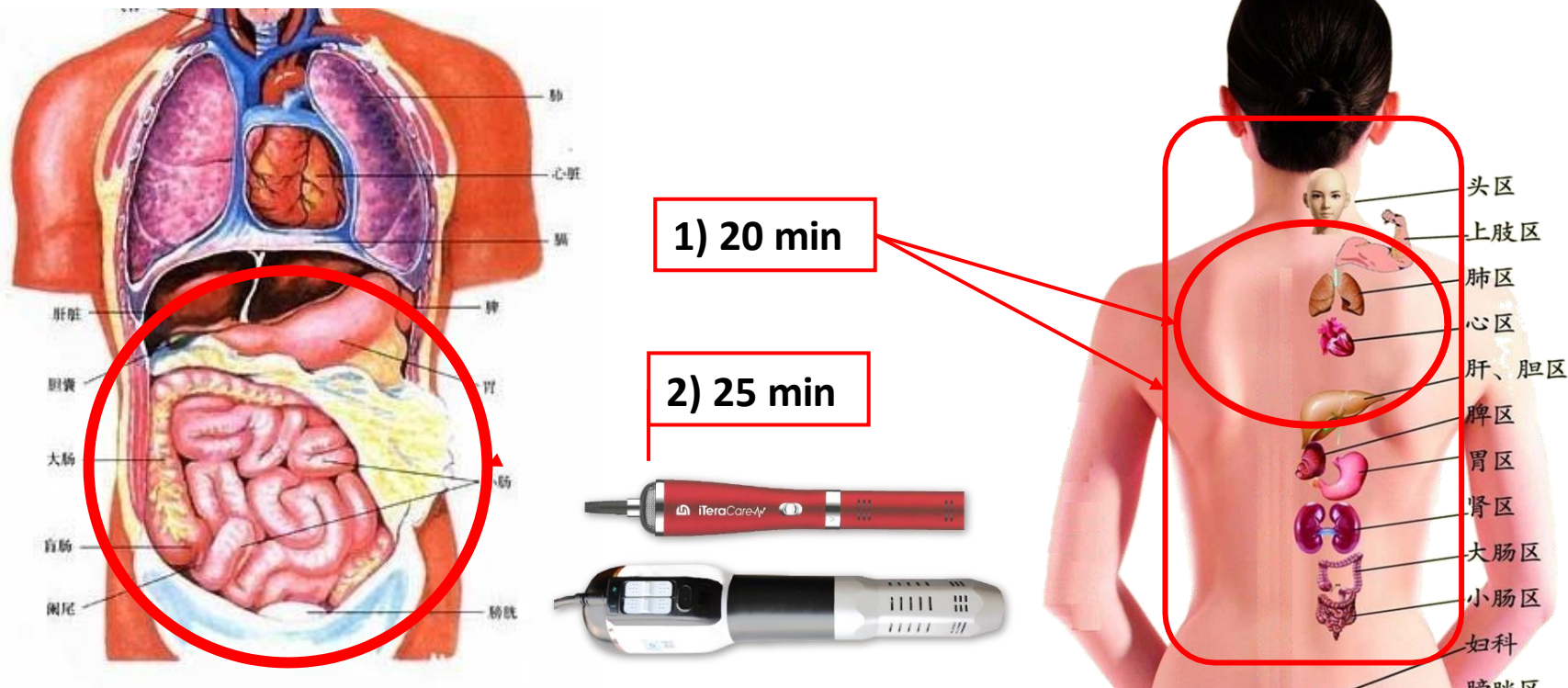


# 16.

**Lage rugpijn:** blaas de handpalm en voetzolen 10 minuten, blaas vervolgens de hele rug en nek gedurende 20 minuten, blaas uiteindelijk op het gebied waar het pijn doet gedurende 20 minuten, totaal 50 minuten



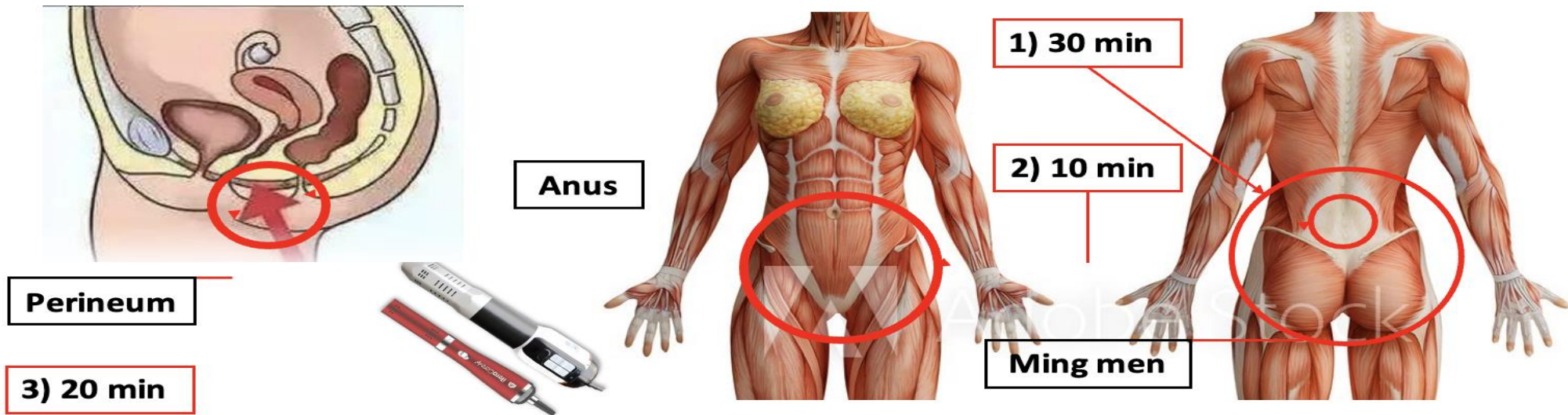
17.



**Constipatie, darmproblemen:** Blaas eerst de hele rug, meer op het longgebied gedurende 20 minuten, blaas uiteindelijk 25 minuten op de voorkant van de hele buik , totaal 45 minut

18.

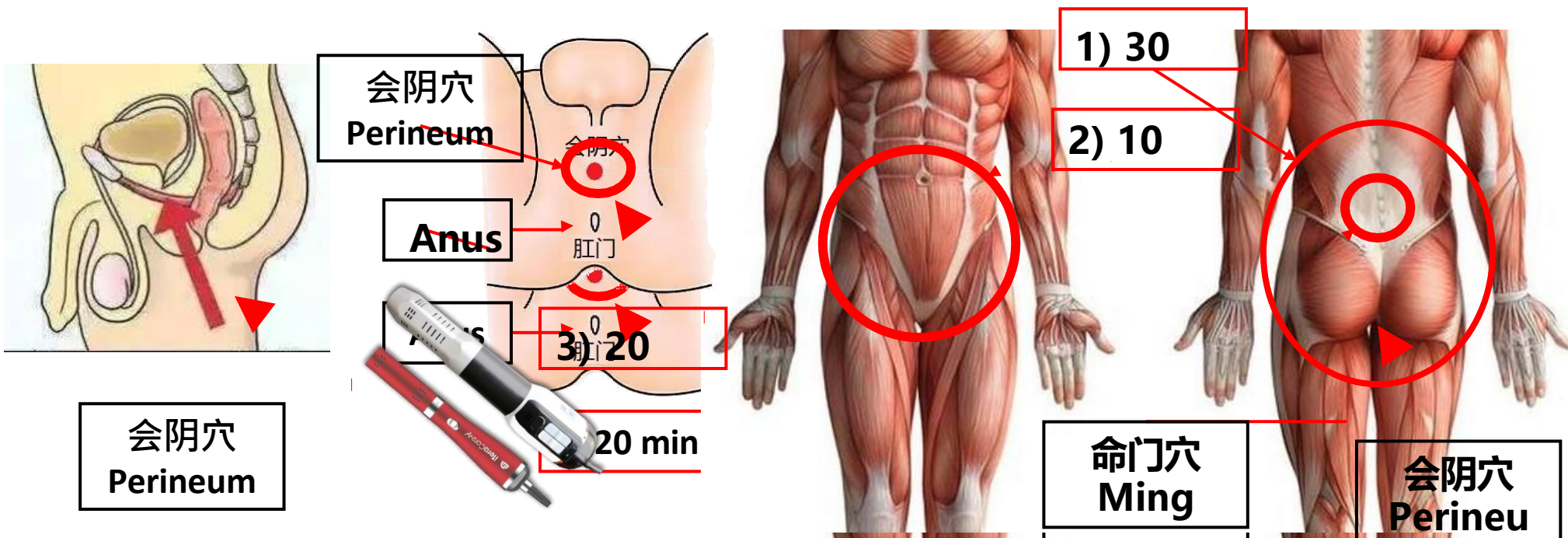
**Vrouwelijke gynaecologische problemen:** Blaas eerst de hele billen en taille, meer op de Ming-mannen wijzen gedurende 30 minuten, blaas dan de voorkant lies en de onderbuik gedurende 10 min. zet ten slotte de blower op de bedschakelaar laag om gedurende 20 minuten op het perineum te blazen. (Indien meer leucorroe, Menstruele verwarring en vreemde lichamen zijn Tekenen van helende effecten)



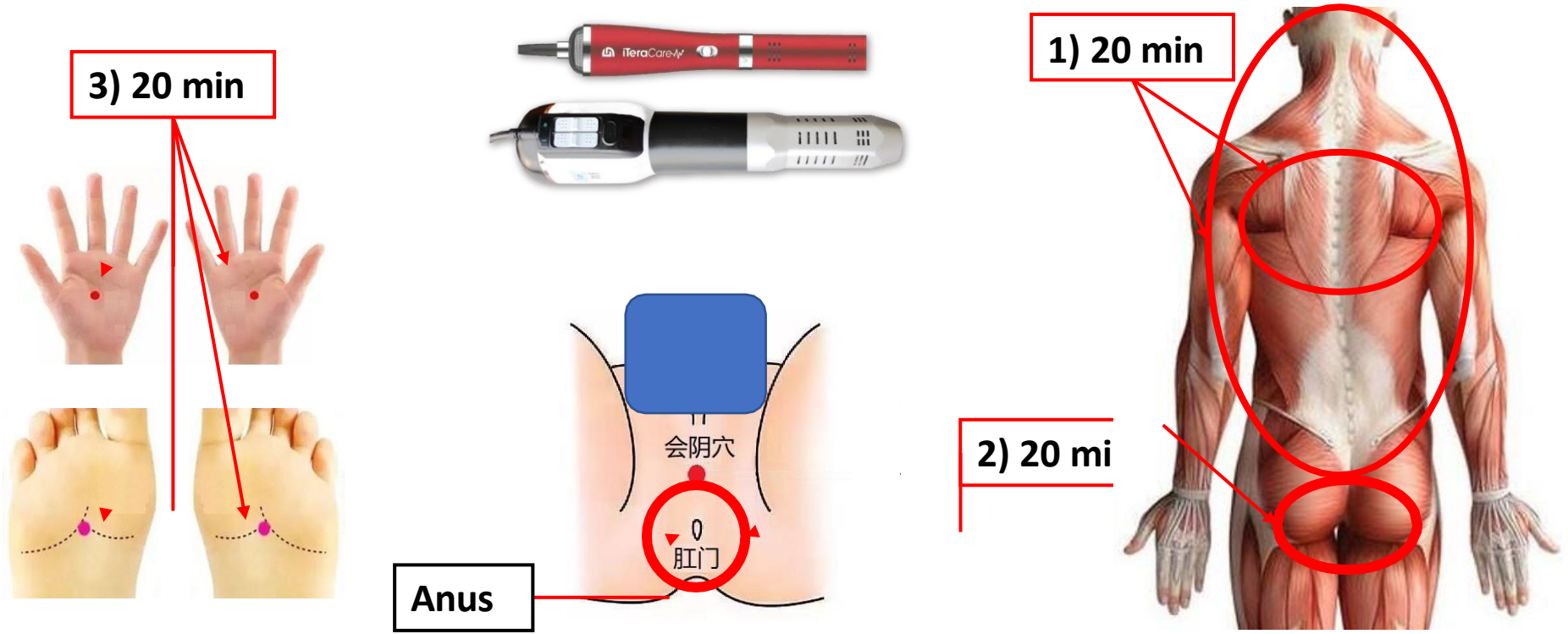


19.

**Mannelijk geslachtsorgaan, prostaatproblemen:** Blaas eerst de hele taille en niergebied, meer over de Ming mannen wijzen gedurende 30 min., blaas dan de voorste lies en onderbuik 10 min., en ten slotte blaas op de perineum op staande positie of zet de blower op de bedschakelaar op laag en dan blazen op de perineum voor 20 minuten



20. **Aambeientherapie:** Om de inwendige organen te reguleren, blaast u eerst de hele rug, versterkt u het longgebied gedurende 20 minuten, blaast u vervolgens gedurende 20 minuten op de aambeien, blaast u de handpalmen en voetzolen gedurende 20 minuten.

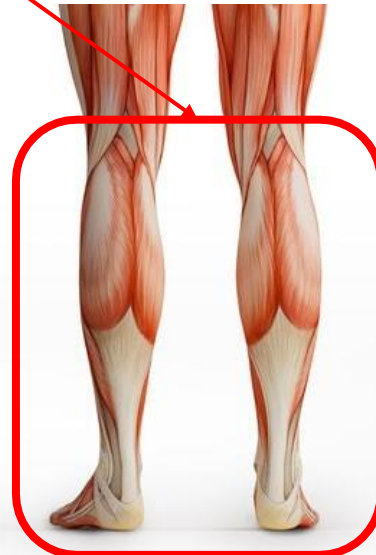


21.

**Reguleren van voetschimmel en onychomycose:** blaas eerst op de rug, versterk de lever en galblaas gedurende 30 minuten en blaas vervolgens gedurende 30 minuten op de voeten, gedurende in totaal 60 minuten



2) 30 min

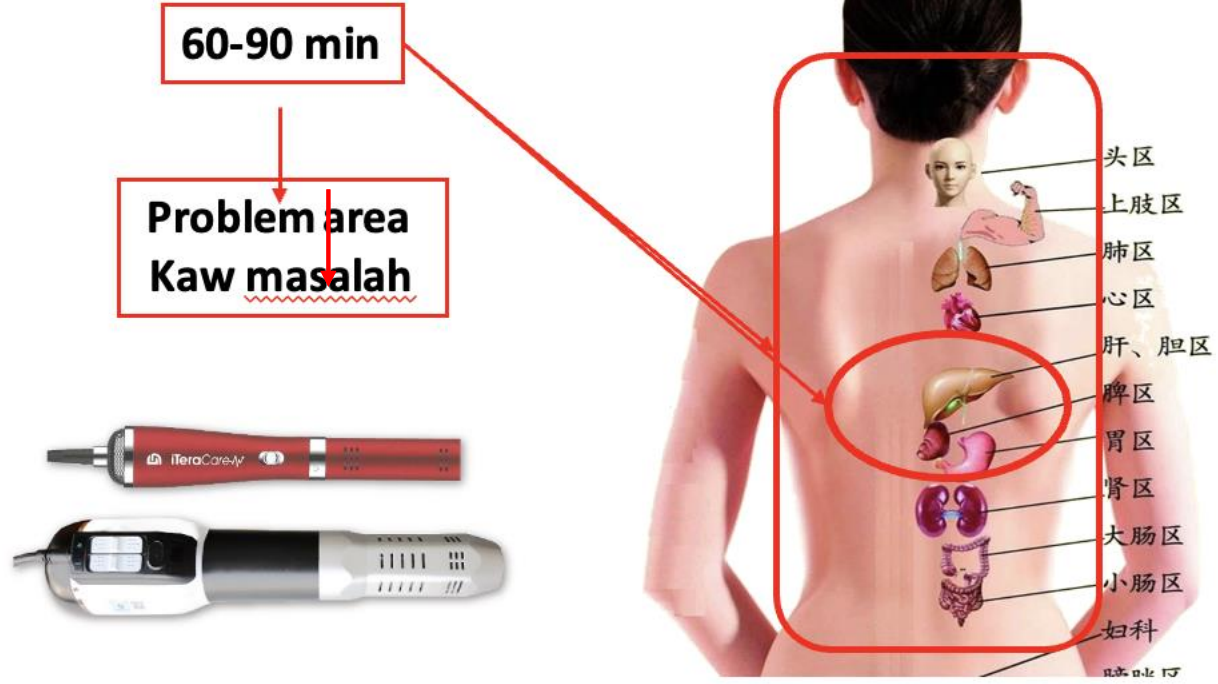


1) 30 min



22.

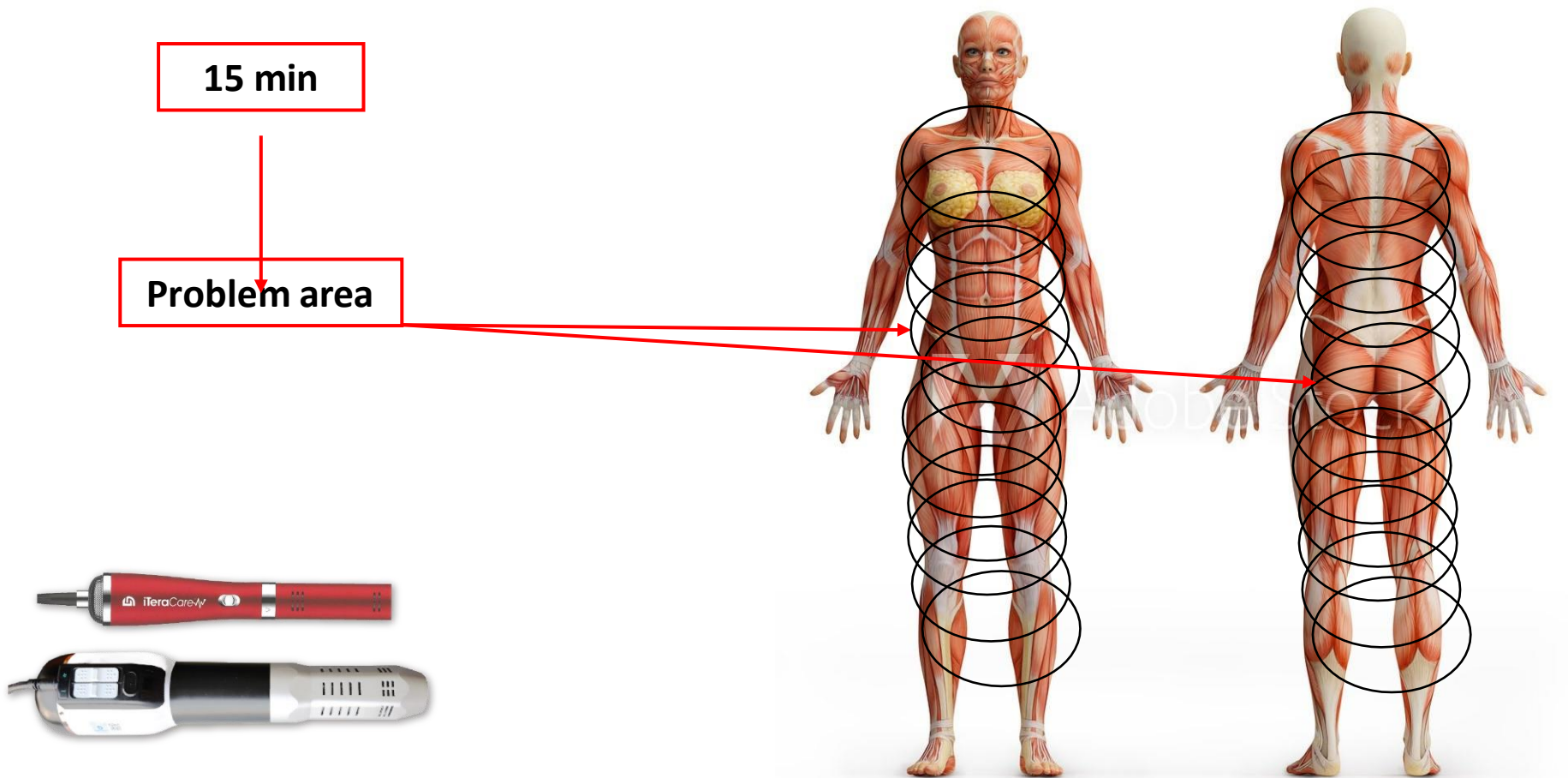
**Huidproblemen:** Blaas eerst de hele rug, meer op het longgebied en blaas vervolgens gedurende 60-90 minuten per therapie op de huidprobleemgebieden. (Tijdens het proces, de huid jeukt of blaren zijn helende effecten





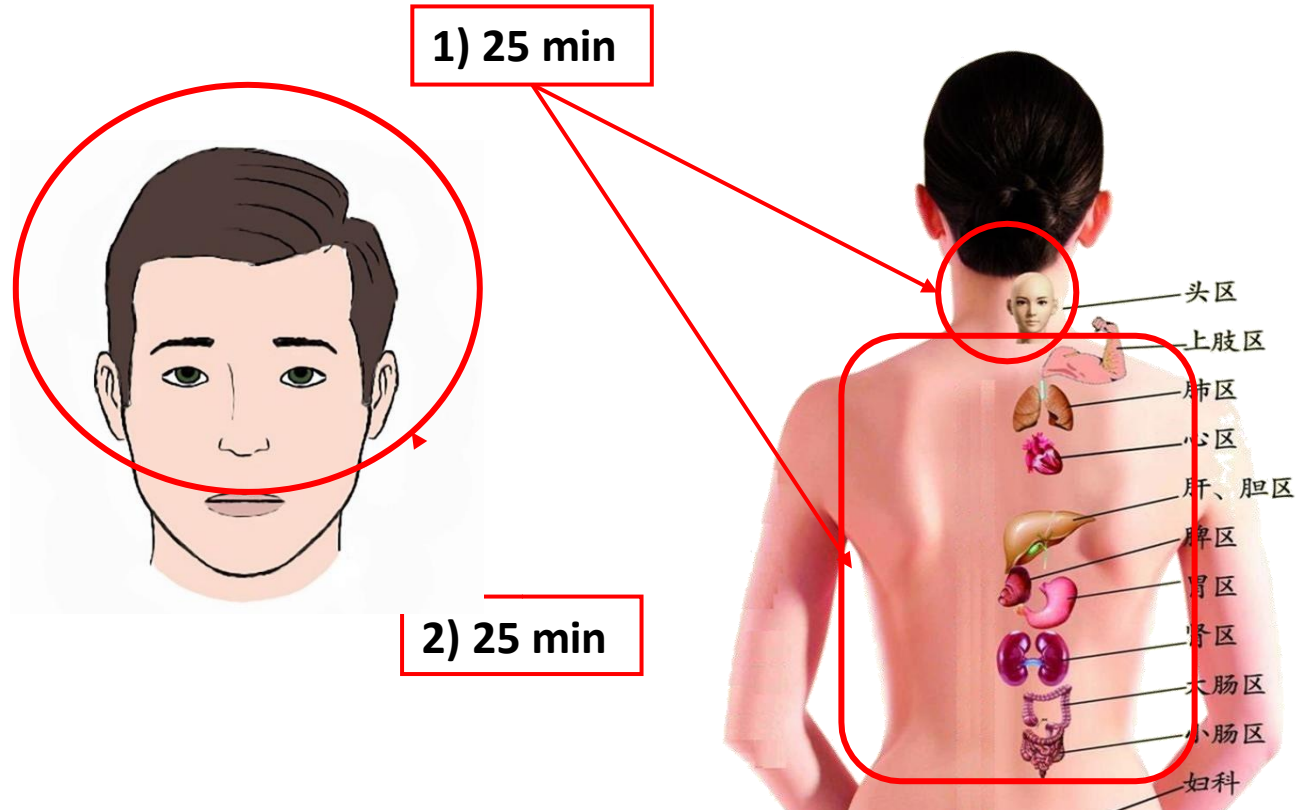
23.

**Wondprobleem:** Blaas de wond gewoon in cirkelvormige bewegingen gedurende 15 minuten. 2 ~ 3 keer per dag



24.

**Slapeloosheid en slechte slaap:** Blaas eerst 25 minuten op de schouders, nek en rug en blaas vervolgens het hele hoofd gedurende 25 minuten, in totaal 50 minuten.

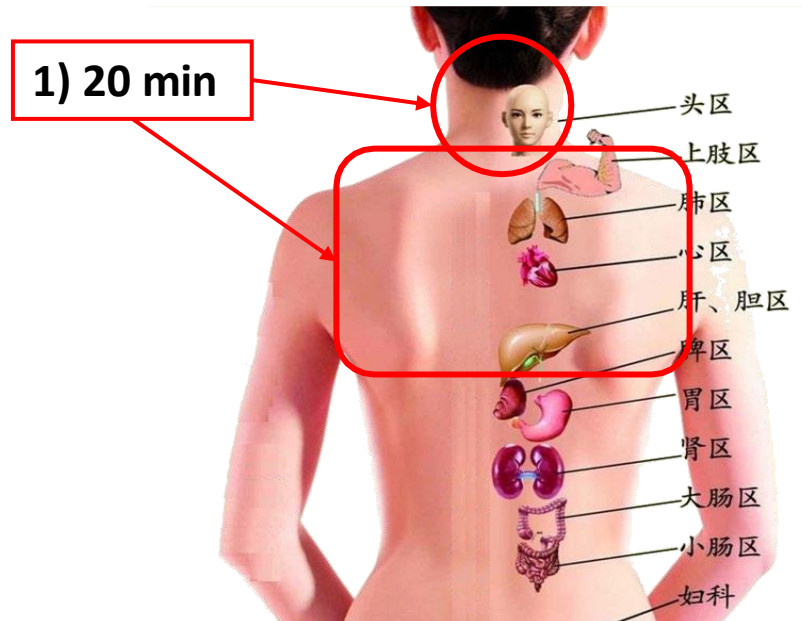


25.

**Ontsteking van de amandelen (keelpijn ):** Eerst blazen op de schouders en nek gedurende 20 minuten, blaas dan recht naar de keel, blaas in en weg gedurende 25 minuten.( Tijdens het proces, als u koorts en meer nasale afscheiding heeft, is het een normaal genezend effect, ga door therapie)

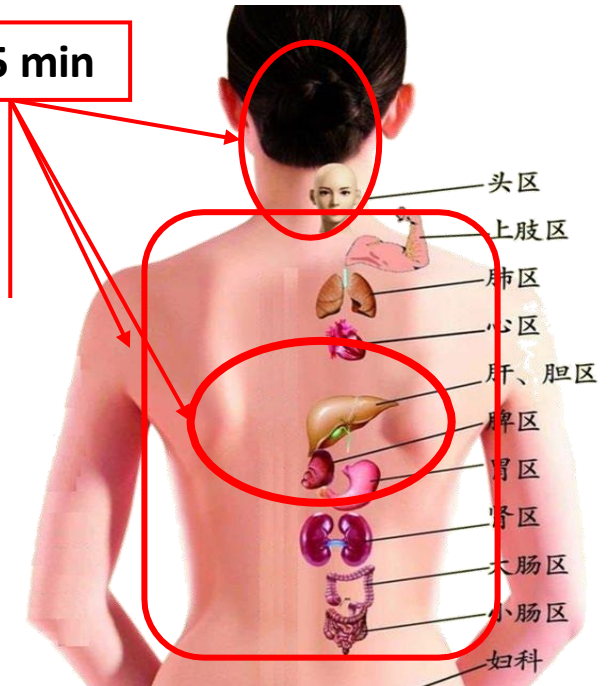
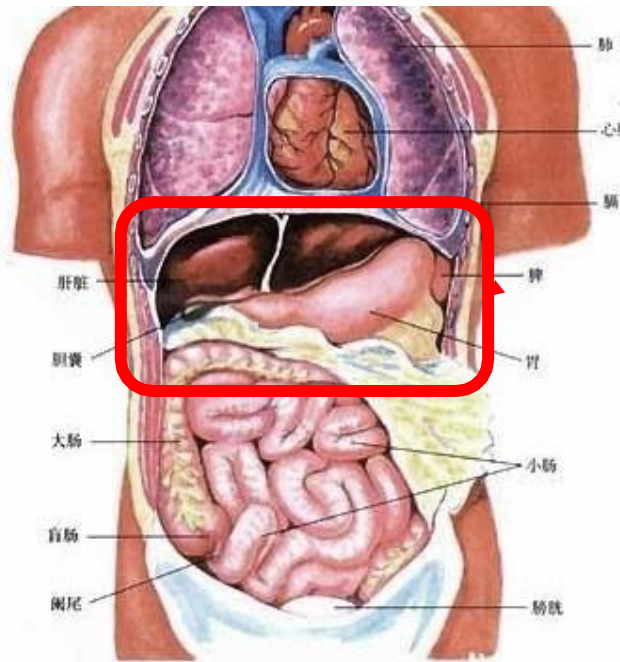


2) 25 min



26.

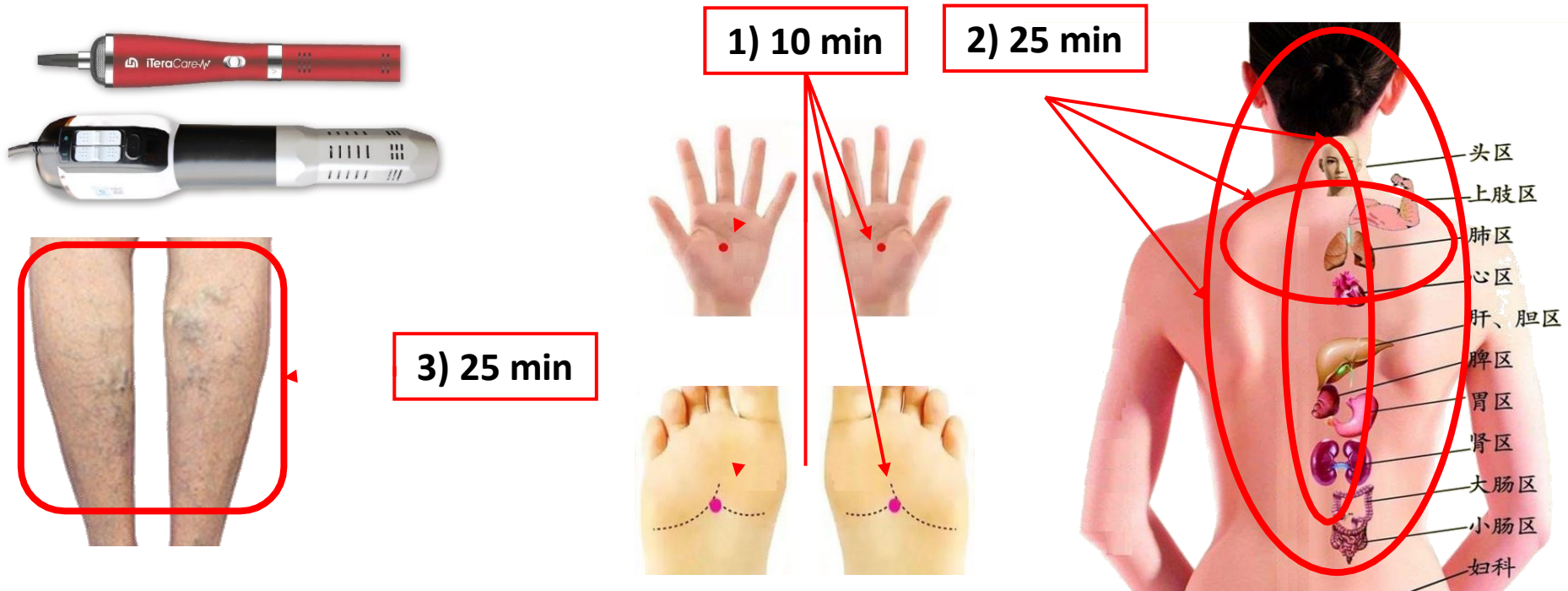
**Hyperthyreoïdie:** Blaas eerst de achterkant van de nek, de voorste en achterste levergebied gedurende 25 minuten en blaas vervolgens het hyperthyreoïdiegebied gedurende 25 minuten. (Tijdens het proces kunnen blaren, roodheid en warmheid verschijnen als normale ontgiftingsherstelverschijnselen.





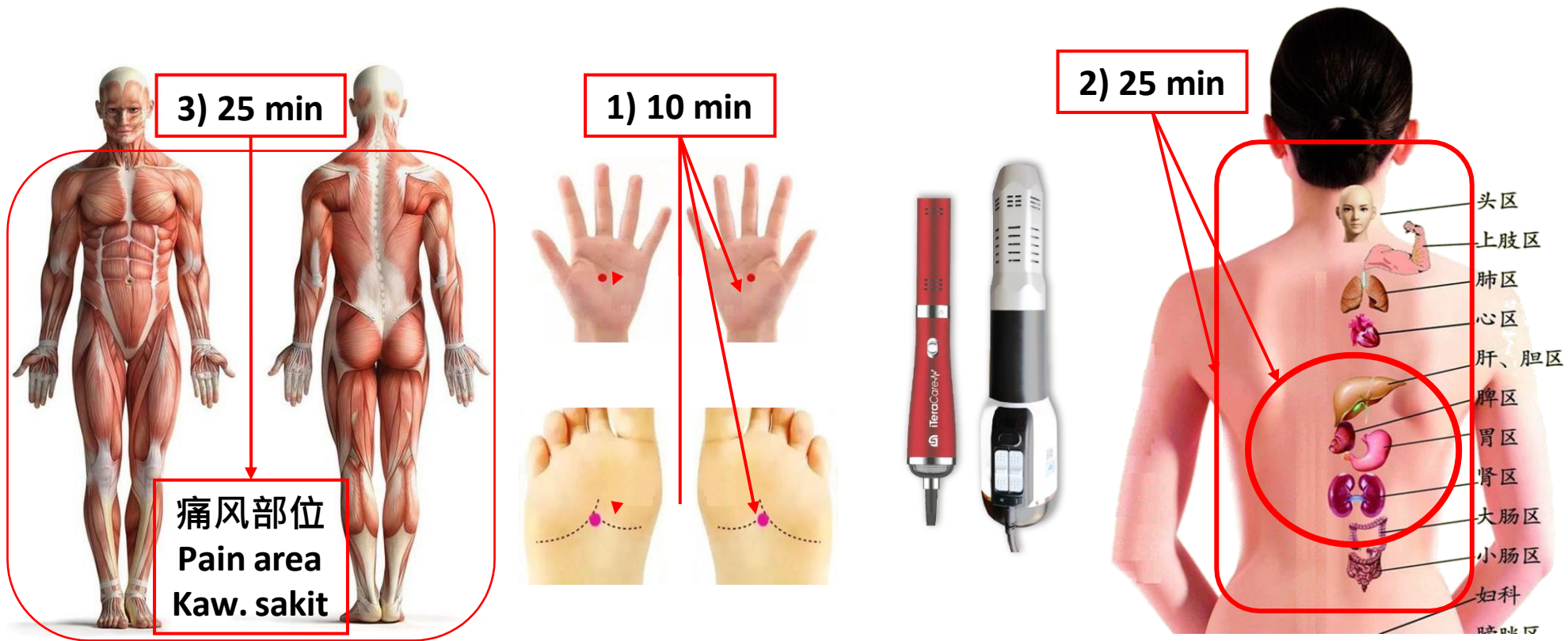
27.

**Spataderen:** Blaas eerst de handpalmen en voetzolen 10 min, dan de hele rug, meer op de hoofdzenuwen en het longgebied gedurende 25 minuten. blaas ten slotte gedurende 25 minuten op de spataderen. (Meer jeuk, blaren zijn tekenen van verbeteringseffecten.)



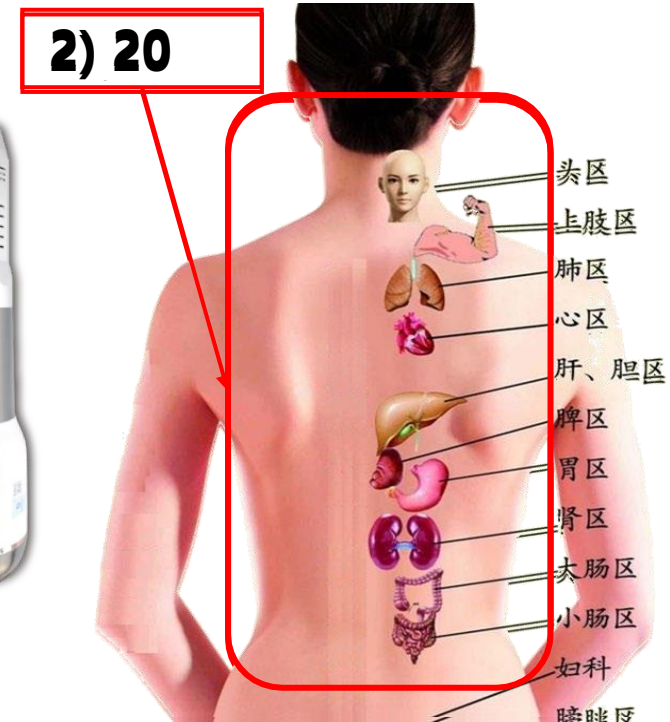
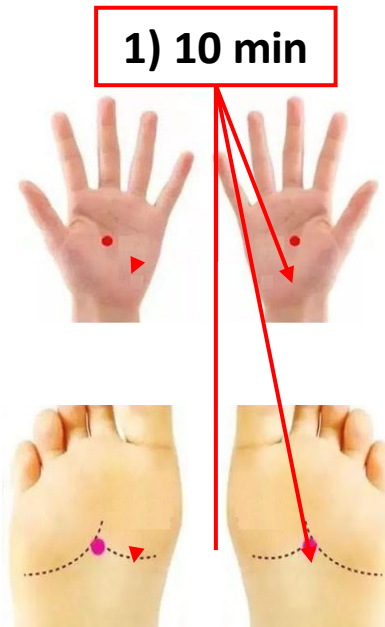
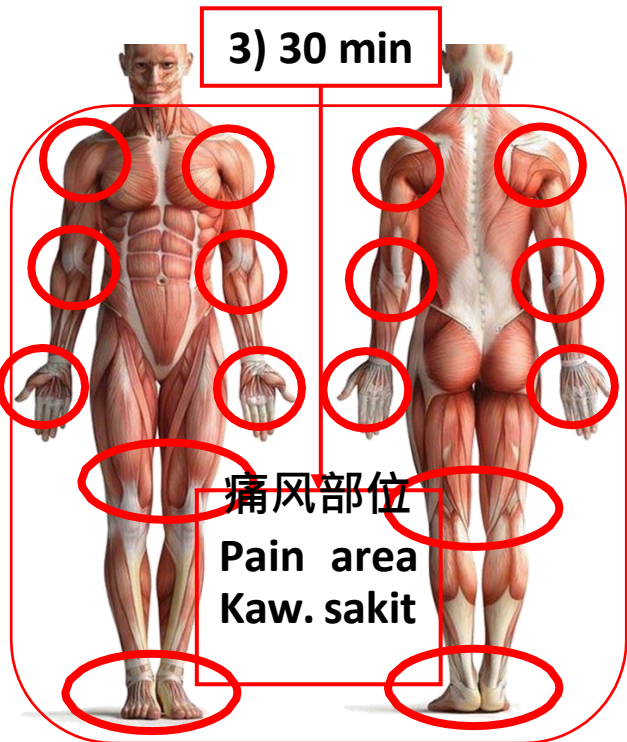
28.

**Jichtconditionering:** Blaas eerst de handpalmen en voetzolen 10 min, blaas dan de hele rug op de milt, maag, lever, Galblaas en nier gebied 25 minuten dan blazen ophet pijnlijk gebied voor 25 minuten (Blaren, Pijn in ander gebied is een teken van verbetering.



29.)

**Reumatisch gewricht Pijn:** Eerste blazen op de Palmen en Zolen van de voeten voor 10 Min dan de geheel Terug voor 20 Min en dan blazen alle de gewrichten, meer op de pijnlijk Gewrichten voor 30 Min (Als Blaren verschijnen,pijnlijker zijn is verbetering effect)





30.

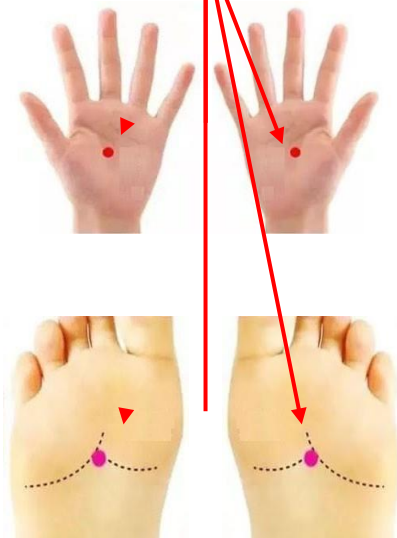
**Obesitas gewicht verlies en vocht:** Eerst blaas de Palmen en voetzolen 10 Min dan blazen de hele rug op de milt, maag, lever & Galblaas gebied voor 25 Min en dan blazen op de voorkant buik beide dijen 25 Min.



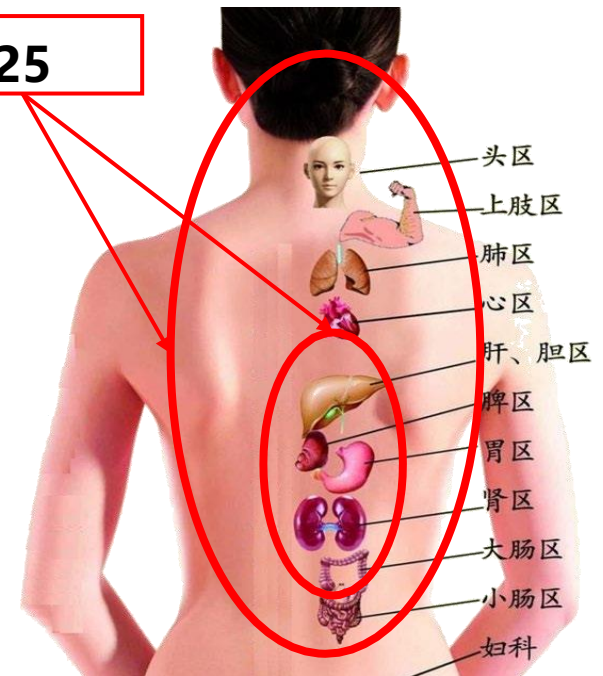
3) 25 min



1) 10 min



2) 25

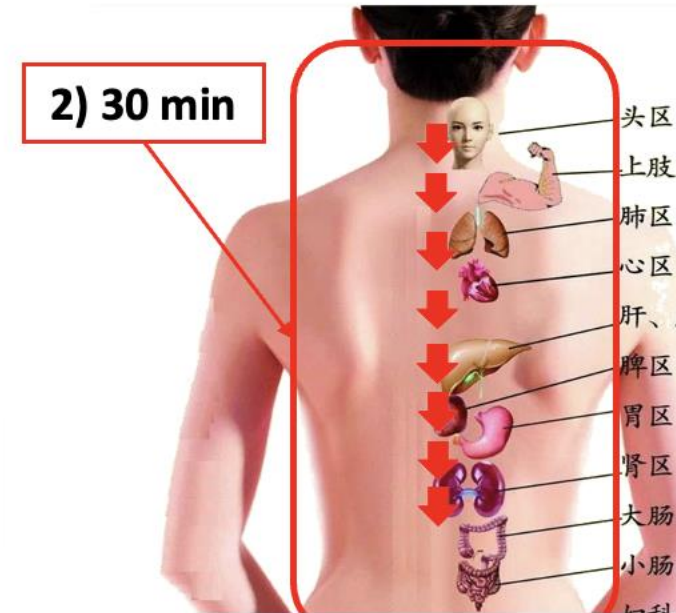
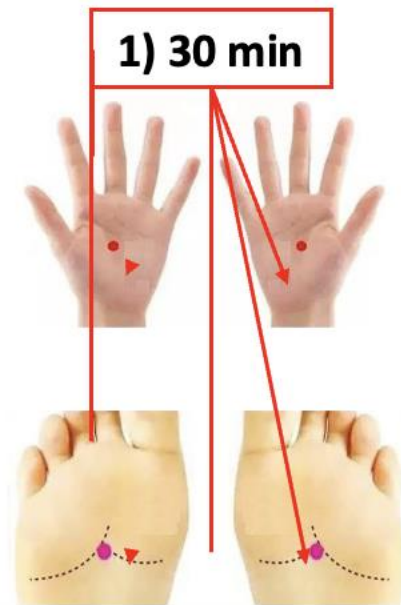
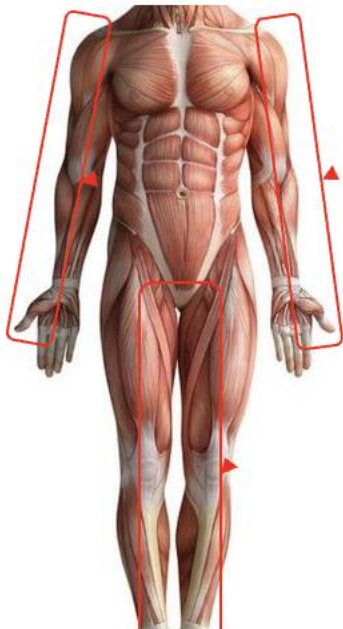




31.

**Hoge** bloeddruk: Blaas eerst op de handpalm en de buitenkant van de hand, dan de zool en de binnenkant van de voeten gedurende 30 minuten, wanneer beter, blaas dan 30 minuten naar beneden op de rug.

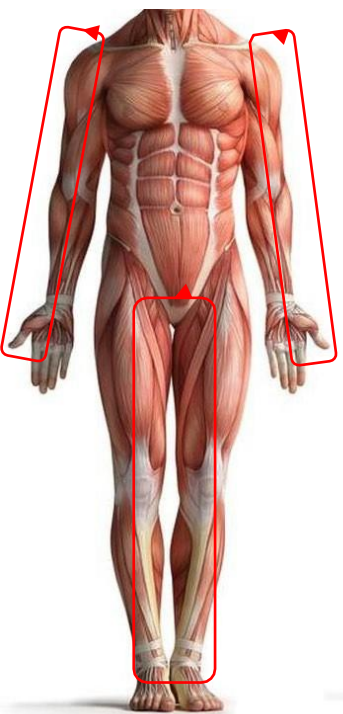
**Opmerking:** Hoge bloeddruk, niet blazen op het hoofd in de 1<sup>st</sup> week. blaas naar beneden op de rug Bij het omhoog blazen, zweet meer en bloedomloop wordt sneller



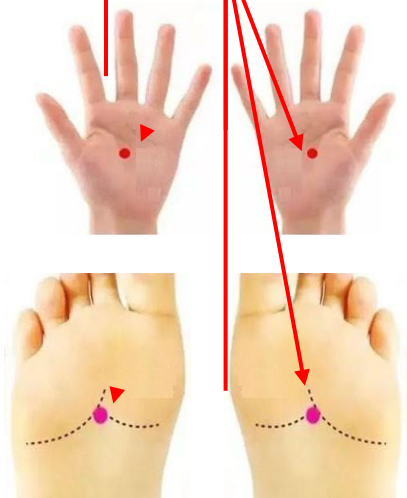
32.

**Bloedsuikerspiegel:** Blaas eerst op de handpalm en de buitenkant van de hand, dan de zool en de binnenkant van de voet gedurende 30 minuten, blaas dan op het midden van het voorlichaam van de kin naar de blaas, van boven naar beneden gedurende 30 minuten.

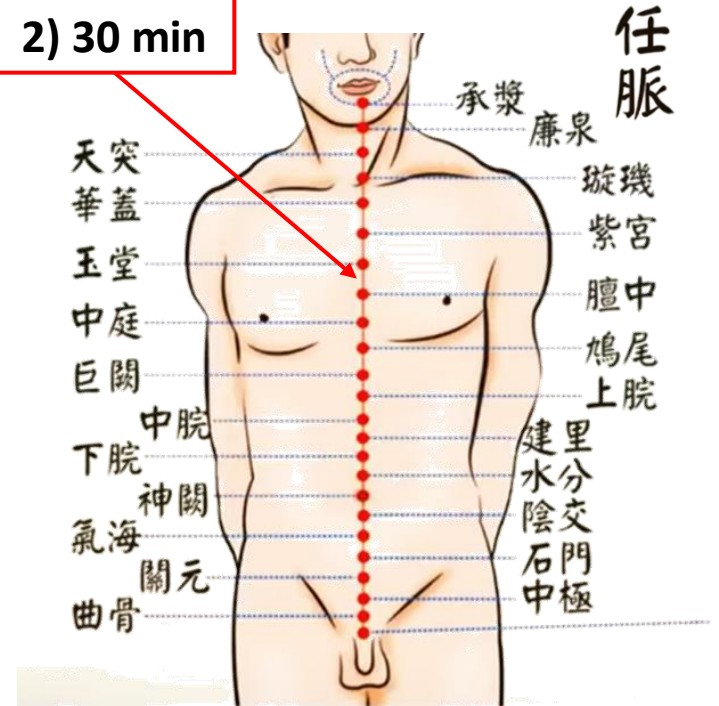
**(Opmerking:** de therapietijd voor een lage bloedsuikerspiegel moet niet te lang zijn en let op het aanvullen van lichaamsenergie.)



1) 30 min



2) 30 min

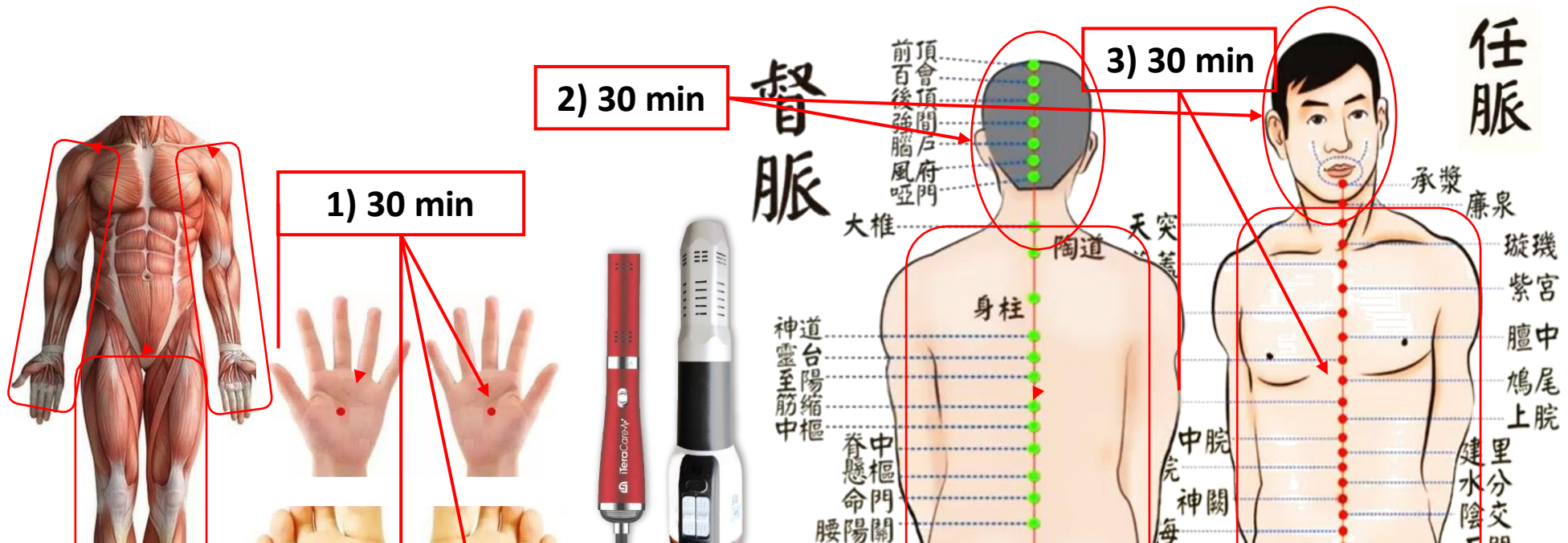


任脈

承漿 廉泉  
璇玑 紫宮 膻中 鳩尾 上腕  
中腕 中脘 神關 關元  
天突 華蓋 玉堂 中庭 巨闕 下腕 氣海 曲骨  
璇玑 紫宮 膻中 鳩尾 上腕  
建水 分交 陰門 石中 極

33.

Hemiplegie: Blaas op het hele lichaam, eerst op handpalmen en voetzolen, twee armen en benen, ook het lymfegebied gedurende 30 minuten, dan de hoofd en achterkant van het hoofd, nek gedurende 30 minuten, focus en versterking van de rugmeridiaan en de voorste ader gedurende 30 minuten.





34.

**Om kou en vocht te verdrijven:** Blaas eerst handpalmen, voetzolen 20 minuten, blaas dan de hele rug, meer op de milt en maagstreek en de navel gedurende 30 minuten, totaal 50 notulen





34.

35.

**Versterk de nier en yang:** Blaas eerst 20 minuten op de handpalmen en voetzolen en blaas vervolgens op de rug, meer op het midden, nieren en vervolgens navel gedurende 30 minuten

