

PLACEMENT DES POWERSTRIPS à titre purement indicatif et liste non exhaustive

- Problème de RACHIS (avec ou sans hernie) : à l'endroit de la DOULEUR.
- Pour les GENOUX : placer le patch sur la cuisse juste au dessus du genou ou derrière le genou au dessus du pli.
- Pour les MAUX DE TÊTE, les SINUSITES, RHUME, problème ORL : placez le petit côté du patch sur le FRONT et le grand côté sur les CERVICALES.
- Pour l'ESTOMAC : mettre le patch sous le STERNUM (plexus solaire).
- Pour les problèmes de DIGESTION : placez le patch sur le FOIE (c'est à dire sous le pectoral droit pour les hommes et sous le sein droit pour les dames, à mi trajet entre le ventre et les côtes).
- Pour les INTESTINS (constipation, colique, diarrhée...) : placez le sous le nombril.
- Pour CARDIO VASCULAIRE : placez le patch à gauche sur le thorax 4ème espace inter-costal (sous le mamelon pour les hommes).
- Problème de SOMMEIL, ANGOISSE : 1 patch sur le plexus solaire (entre les 2 seins).
- Gestion de STRESS : 1 fois sur le plexus solaire, 1 fois aux cervicales.
- Pour les CRAMPES aux MEMBRES INFERIEURS : coupez un patch en 2 et collez ½ patch sur chaque mollet.
- Mauvaise CIRCULATION SANGUINE: alternez avec ½ patch sur chaque mollet puis 48 h après 1 patch sur chaque pli inguinal (proche de l'artère fémorale).
- Problème de LOMBO SCIATALGIE: 1 patch aux lombaires et 1 patch sur le mollet du membre inférieur douloureux.
- Problème d'ERECTION : 1 patch sur le bas ventre à alterner avec ½ patch sur chaque pli inguinal (vers artère fémorale) et au moment du rapport, une bande de patch entourée à la base du sexe pour les hommes et pour les femmes, un carré au niveau du noyau fibreux central (c'est à dire entre l'anus et le vagin mais doit être exempt de poils).
- Syndrome du CANAL d'ALCOCK (compression du nerf pudendal) : 1 patch sur le sacrum S3 et ½ patch sur le canal d'Alcock, c'est à dire au niveau du noyau fibreux central mais le patch doit déborder vers le pli interfessier côté interne le plus douloureux...
- Pour les sportifs : sous la voûte plantaire.

Si vous n'avez pas d'amélioration au bout du 5ème patch, il faut **IMPERATIVEMENT** vous adresser à la personne qui vous a présenté le Powerstrip, car dans 85 % des cas, UN PATCH BIEN PLACE VOUS SOULAGERA dans les premières 48 Heures.

Pour vous aider à comprendre, voici un exemple : *une dame souffrant d'une épicondylite (tendinite du coude) depuis plusieurs mois avec restriction d'amplitude en extension de son coude, utilisait le Powerstrip et obtenait un faible soulagement de la douleur. Au bout du 5ème patch, nous avons décidé d'alterner avec 1 patch sur le foie et 1 patch sur le coude. Les résultats ont été spectaculaires. 4 jours après 90 % de la douleur et de l'inflammation avaient disparu et son extension récupérée.*

Les personnes ayant déjà fait de l'acupuncture le comprendront car bien souvent votre médecin acupuncteur ne place pas les aiguilles uniquement sur l'endroit douloureux mais aussi sur des méridiens correspondants à votre pathologie.

APPLICATION DES POWERSTRIPS

- Le powerstrip doit être utilisé pour un usage externe uniquement.
- Choisissez un endroit exempt de poils, votre peau doit être propre, sèche et non irritée.
- Collez délicatement le Powerstrip à proximité de votre zone de douleur ou d'inconfort (voir fiche jointe).
- La feuille de protection jaune clair à détacher se compose de 2 parties. Enlevez le petit côté et appliquez la face adhésive du Powerstrip sur la peau en appuyant bien. Enlevez ensuite le grand côté tout en plaquant progressivement. Evitez de toucher le côté adhésif.
- Ce patch va soulager vos maux en quelques minutes (bienfaits à court terme) mais nous vous recommandons aussi l'utilisation des patchs Powerstrips sur une **durée de 90 à 180 jours selon votre pathologie et votre organisme.**
- Après application, les ingrédients du patch se diffusent par votre transdermique pour pénétrer progressivement dans votre système sanguin. Vous pouvez ressentir une SENSATION DE CHALEUR qui est considérée comme normale. Ajustez l'utilisation au besoin.
De même, après avoir enlevé votre Powerstrip, votre peau peut se sentir chaude et apparaître rouge. La rougeur va s'estomper au bout de quelques minutes. Dans de rares cas, certains peuvent ressentir une gêne, ajustez l'utilisation.
- Le patch , une fois appliquée, est actif de 24 à 48 heures **en fonction de l'absorption des nutriments actifs par votre corps** (nous sommes uniques).
Selon votre organisme et de votre pathologie, vous pouvez ajuster et décider de **RENOUVELER LE PATCH 1 FOIS PAR JOUR POUR DE MEILLEURS RESULTATS** (surtout les 5 premiers patchs).
- Il est recommandé de n'utiliser qu'un patch à la fois, mais certaine pathologie nécessite 1 patch ½ (exemple : lombo sciatalgie, syndrome du canal d'Alcock....)
PENSER A BOIRE BEAUCOUP D EAU (car votre corps se détoxifie).
- Parfois les 1ers patchs **se décollent**, c'est normal pour plusieurs raisons :
 - Votre peau est acide, il faut laisser le temps au patch de régulariser votre P.H (acide/base).
 - Votre organisme absorbe se dont-il a besoin (notre corps est intelligent), donc il absorbe plus lors de la pause des premiers patchs.
 - Attention à votre gel douche qui doit être neutre.
 - Si les patchs sont placés sur une articulation (genoux, coude) ajoutez un filet (TUBIFAST) que vous pouvez acheter dans les pharmacies.

Ils résistent à l'eau sous la douche, éviter les piscines.