

# Spis treści

<b>Przedmowa</b> .....	6
<b>Wprowadzenie</b> .....	7
Ogólne podstawy koreańskiego masażu dłoni .....	9
Akupunktura .....	9
Yin i yang .....	9
Koreańska akupunktura dłoni (Koryo Sooji Chim) .....	11
Zalety koreańskiej akupunktury dłoni w stosunku do akupunktury ciała .....	12
Metody .....	13
Ciało – wszechświat .....	15
Pierwszy stopień leczenia – terapia powiązana .....	16
Rozmieszczenie odpowiedników narządów na ręce .....	19
Proporcje na grzbietowej stronie ręki .....	21
Punkty alarmowe umiejscowione na ręce (oznaczone skrótami nazw chińskich) .....	22
Drugi stopień leczenia – terapia podstawowa .....	25
<b>Technika koreańskiego masażu dłoni</b> .....	26
Zalety i wady metody .....	38
Kombinacja podstawowa dla rejonu ogrzewacza górnego (klatka piersiowa) .....	40
Kombinacja podstawowa dla rejonu ogrzewacza środkowego (jama brzuszna) .....	41
Kombinacja podstawowa dla rejonu ogrzewacza dolnego (układ moczowo-płciowy) .....	42
Kombinacja podstawowa dla rejonu brzucha .....	43
Kombinacja podstawowa dla układu nerwowego .....	44
Kombinacja podstawowa dla okolic lędźwiowych .....	46
Bóle głowy .....	47
Bóle głowy ogólne .....	48
Bóle głowy spowodowane infekcją .....	49

Bóle głowy spowodowane kacem .....	50
Bóle głowy w okolicy potylicznej .....	51
Bóle głowy naczynioruchowe .....	52
Bóle głowy w okolicy ciemieniowej .....	53
Bóle głowy w okolicy skroniowej .....	54
Bóle głowy w okolicy czołowej .....	55
Migrena .....	56
Bóle pleców .....	57
Bóle pleców .....	58
Ogólnie o bólach pleców .....	59
Dolegliwości stawów i kręgosłupa .....	61
Bóle stawu ramiennego .....	62
Bóle stawu łokciowego .....	63
Bóle stawu nadgarstkowego .....	64
Bóle stawu biodrowego .....	65
Bóle stawu kolanowego .....	66
Bóle stawu skokowego .....	67
Kręgosłup szyjny / Uraz kręgosłupa szyjnego spowodowany szarpnięciem .....	68
Bóle kręgosłupa .....	69
Lumbago .....	70
Rwa kulszowa .....	71
Odprężenie i zwiększanie wydajności .....	73
Trema .....	75
Lęk .....	76
Dolegliwości w obrębie nadbrzusza i podbrzusza .....	77
Czkawka .....	79
Wymioty .....	80
Bóle żołądka .....	81
Skurcze żołądka .....	82
Choroby żołądkowo-jelitowe .....	83
Biegunka .....	84
Zaparcie .....	85
Zalecenia specjalne .....	87
Bóle serca .....	88

Zaburzenia rytmu serca .....	89
Bóle gardła .....	91
Katar .....	92
Zawroty głowy .....	93
Brak energii .....	94
Świąd skóry .....	95
Świąd narządów płciowych .....	96
Bóle zębów .....	97
Reumatyczne bóle stawów .....	98
Zastoje .....	99
Problemy ze słuchem .....	100
Zanik pamięci .....	101
Drętwienie (parestezje) .....	102
Choroby skóry powodujące świąd .....	103
<b>Ścieżki kimków i wykaz ważnych punktów .....</b>	<b>104</b>
Kimek A .....	106
Kimek B .....	108
Kimek C .....	110
Kimek D .....	111
Kimek E .....	112
Kimek F .....	114
Kimek G .....	116
Kimek H .....	117
Kimek I .....	118
Kimek J .....	120
Kimek K .....	121
Kimek L .....	122
Kimek M .....	123
Kimek N .....	124
Posłowie .....	125
Literatura .....	126
Rozmieszczenie odpowiedników narządów na ręce .....	127