



La carte du visage selon la médecine chinoise



Formation Shiatsu du visage FAMILIALE

Module PDF 4

SOMMAIRE	1
• La carte du visage selon la médecine chinoise	2
• Carte chinoise du visage	3
Le front	3
Arcade sourcilière	4
Le nez	5
Entre les sourcils	5
Les pommettes	5
Les joues	6
Le menton et la bouche	6
Le cou et la mâchoire	7

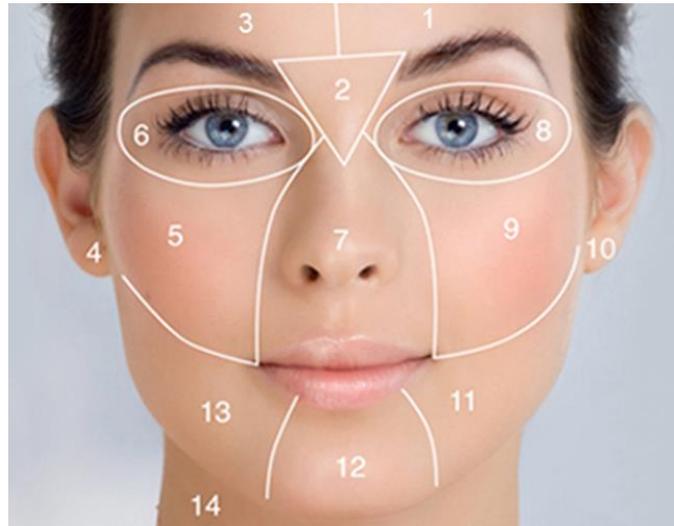


La carte du visage selon la médecine chinoise

Pendant des siècles, les experts de la médecine traditionnelle chinoise ont confirmé que le visage est divisé en plusieurs zones et que chacune reflète l'état de santé de notre organisme. Donc, dans une de ces zones, l'apparition des irritations, une irruption, de boutons, des rougeurs ou d'autres problèmes cutanés, on constate une atteinte de l'organe interne connecté traduisant un certain nombre de carences voir de déficiences.

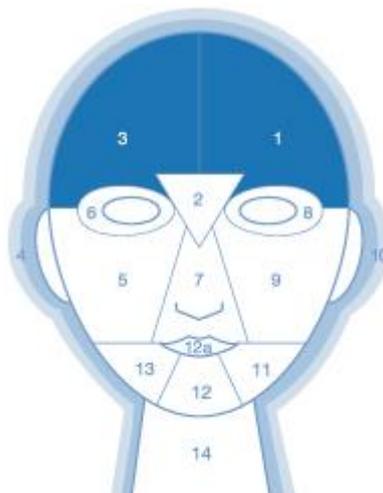
Cette ancienne technique affirme que chaque partie du visage est liée à une partie du corps. Voici comment lire votre « carte de visage » et détecter les différents problèmes de santé et des solutions possibles.

Carte chinoise du visage



1-3. Le front : révèle les problèmes du système digestif

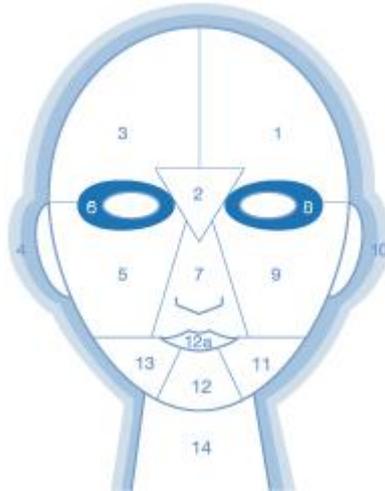
Les problèmes du système digestif sont généralement causés par la surconsommation d'aliments transformés, les sucres et les graisses. Les autres causes des troubles de la digestion sont les niveaux élevés du stress et la consommation excessive d'alcool.



Solution : Évitez de consommer de l'alcool au maximum essayez d'avoir une bonne nuit de sommeil. Augmentez la consommation d'eau jusqu'à 1.5 litres par jour et consommez plus des aliments bio.

6-8. Arcade sourcilière : Renseigne sur les problèmes rénaux

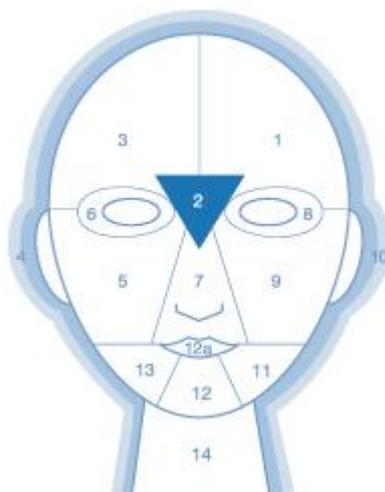
Les reins peuvent souffrir de troubles circulatoires à cause de la consommation excessive d'alcool, des problèmes cardiaques, ainsi que le tabagisme.



Solution : Réduisez la consommation de café, d'alcool, des boissons qui contiennent du sucre et encore, buvez beaucoup d'eau pour aider vos reins.

2. Entre les sourcils : Problèmes du foie

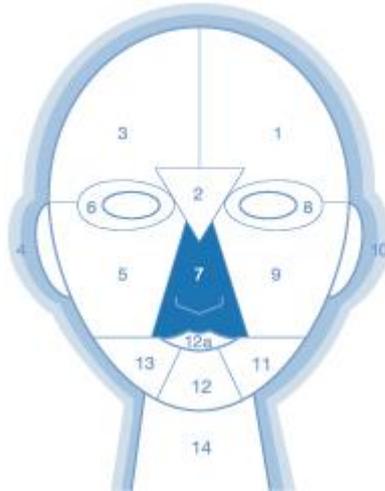
Les problèmes de foie peuvent être causés par la fatigue chronique ou la consommation excessive de viande. Dans ce cas, l'estomac et le foie sont chargés des toxines et ne peuvent pas fonctionner correctement. Une autre cause possible des problèmes du foie sont les allergies alimentaires.



Solution : Essayez de manger des aliments frais et crus chaque fois que possible. Pratiquez le yoga et exercez régulièrement. Assurez-vous de passer plus de temps à l'extérieur.

7. Le nez : Maladies cardiovasculaires :

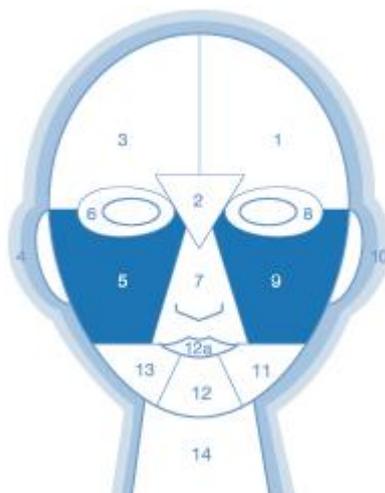
Les troubles de la circulation, l'acidité de l'estomac, les ballonnements, ainsi que la pollution peuvent tous causer les problèmes cardiaques ou l'hypertension artérielle.



Solution : Consultez votre médecin et vérifiez, si vous avez un niveau élevé de cholestérol ou de la tension artérielle. Si vous avez ces conditions, il est important de les équilibrer et de les maintenir au niveau normal. L'activité physique régulière et la consommation du thé vert bio peut vous aider à nettoyer votre corps de toxines et réduire le risque de maladies cardiaques.

5-9. Les pommettes : renseignent sur l'état des poumons

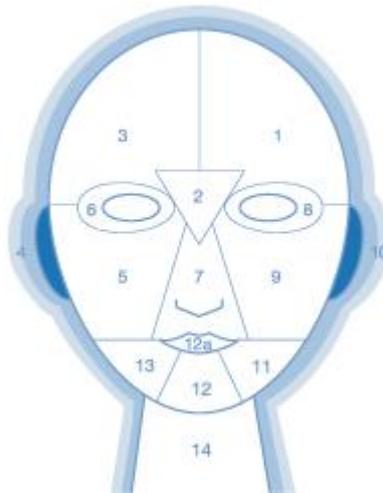
Cela pourrait être un signe d'asthme ou d'autres problèmes respiratoires causés par le tabagisme ou la pollution de l'air. La même chose est suggérée par des nuances sombres autour de vos yeux.



Solution : Si vous êtes un fumeur, pensez à cesser de fumer. Essayez de réduire votre exposition à l'air pollué et à la fumée de cigarette. Aussi, essayez d'être plus actif physiquement.

4-10-5-9. Les joues et les Oreilles : Les reins et les poumons

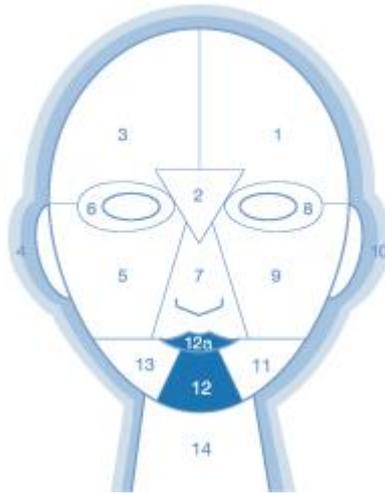
S'il y a des changements inhabituels autour de vos joues, ils pourraient être causés par une mauvaise alimentation, trop de sucre, des niveaux de stress élevés, ou le tabagisme.



Solution : Consultez un nutritionniste pour vous aider à équilibrer votre alimentation et utiliser des produits de beauté de haute qualité bio de préférence.

12. Le menton et la bouche : Renseignent sur les problèmes de l'estomac

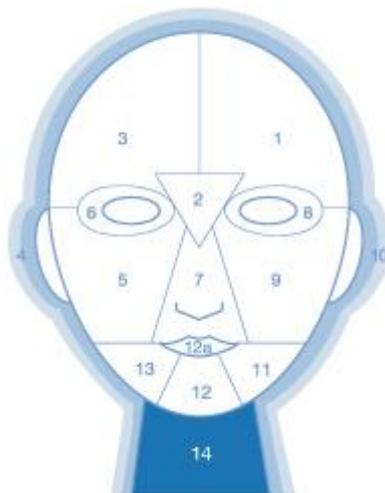
Votre estomac peut être bouleversé par la surconsommation de graisses, de sucre, de café, des épices et de l'alcool. Les niveaux élevés du stress et les habitudes de sommeil irrégulières peuvent également causer des problèmes d'estomac.



Solution : Changez vos habitudes alimentaires, mangez plus d'aliments crus, de fruits et de légumes. Réduisez la consommation d'aliments épicés et gras. Si le problème ne disparaît pas après un certain temps, consultez votre médecin ou un nutritionniste voir un naturopathe.

13-11-14. Le cou et la mâchoire : peuvent indiquer un déséquilibre hormonal

Le déséquilibre hormonal peut être causé par des aliments trop salés et épicés. Une autre raison est la consommation de trop de caféine.



Solution : Réduisez la consommation des produits mentionnés ci-dessus à savoir le sel, les épices et la caféine. Consommez au moins 2 litres d'eau par jour.